

مجید خبازی

بسم الله الرحمن الرحیم

شادی و رسانه: مبانی، آسیب ها و راهکارها

نویسنده:

مجید خبازی

ناشر چاپی:

مرکز پژوهشهای اسلامی صدا و سیمای جمهوری اسلامی ایران

ناشر دیجیتالی:

مرکز تحقیقات رایانه‌ای قائمیه اصفهان

فهرست

شادی و رسانه: مبانی، آسیب ها و راهکارها

مشخصات کتاب

سرشناسه : خبازی، مجید، ۱۳۵۱ -، گردآورنده

عنوان و نام پدیدآور : شادی و رسانه مبانی، آسیب ها و راهکارها/ مجید خبازی ؛ تهیه کننده مرکز پژوهشهای اسلامی صدا و سیما.

مشخصات نشر : قم: صدا و سیمای جمهوری اسلامی ایران، مرکز پژوهشهای اسلامی، ۱۳۹۰.

مشخصات ظاهری : ۲۵۹ص.

فروست : مرکز پژوهشهای اسلامی صدا و سیما؛ ۱۷۶۵.

شابک : ۴۵۰۰۰ریال: ۹۷۸-۹۶۴-۵۱۴-۲۲۵-۲

وضعیت فهرست نویسی : فاپا

یادداشت : کتابنامه: ص. [۲۵۱] - ۲۵۹؛ همچنین به صورت زیرنویس.

موضوع : شادی -- جنبه های اجتماعی

موضوع : رسانه های گروهی

موضوع : شادی -- جنبه های مذهبی -- اسلام

شناسه افزوده : صدا و سیمای جمهوری اسلامی ایران. مرکز پژوهشهای اسلامی

رده بندی کنگره : HM۱۲۰۶/خ۲ش۲ ۱۳۹۰

رده بندی دیویی : ۳۰۲/۲

شماره کتابشناسی ملی : ۲۵۴۲۷۶۶

ص:۱

فهرست مطالب

ز) شادی های حسی، خیالی و عقلی۸۲

۷. ارزش اخلاقی شادی و غم۸۳

فصل دوم: حدود شرعی، عقلی و عرفی شادی و نشاط

ص:۴

فصل سوم: فواید شادی و نشاط

ب) امنیت اجتماعی ۱۰۷

ج) رشد اقتصادی ۱۰۷

د) بهره وری بیشتر۱۰۷

ه) ارتباطات اجتماعی عمیقتر۱۰۹

و) موفقیت در محیط کار۱۱۰

ز) بهر ه مندی از دوستان بیشتر ۱۱۰

ص:۵

فصل چهارم: عوامل شادیآفرین

ص:۶

ص:۷

ص:۸

۱. مراکز سیاست گذار، قانون گذار و تصمیمگیر ۱۷۹

الف) شناخت موضوع و جنبه های آن ۱۸۰

ب) احترام به تفاوت نگرش و رفتار جامعه و افراد در نوع شادیهای مطلوب ۱۸۱

ج) فراگیری و شمول در برنامه ریزی ها ۱۸۱

ص:۹

ج) غنیسازی فرصت های فراغت۱۹۶

د) توجه به نیاز جامعه به شادی و نشاط در همه حوزه های مختلف حیات انسانی۱۹۷

ه) گسترش و رواج هنر۱۹۷

و) تلاش برای گسترش بهداشت روانی جامعه۱۹۷

ز) حمایت از افراد، گروه ها، سازمان ها و تشکل های شادی آفرین۱۹۸

ص:۱۰

فصل هفتم: شادی و رسانه ملی

ج) به رسمیت شناختن اولویت در حوزه شادی و نشاط ۲۳۰

د) ایجاد انگیزه در برنامه سازان ۲۳۱

ه) پژوهش ۲۳۱

و) توجه به ایده پردازی در حوزه طنز و شادی ۲۳۲

ص:۱۱

ص:۱۲

دیباچه

دیباچه

دیباچه

فرهنگ معاصر، فرهنگی آکنده و اشباع شده از رسانه هاست. رسانه ها چنان در زندگی روزمره عصر مدرن مؤثرند که جزئی از بافت فرهنگی محسوب می شوند و می توان گفت بخش اعظم هویت ،دین و فرهنگ از طریق رسانه ها منتقل می شود. با پیدایش و گسترش رسانه های جدید ذهن بسیاری از پژوهشگران و متخصصان علوم دینی به این نکته معطوف گشته که نسبت میان دین و رسانه چیست؟ و نحوه تعامل و پیوند این دو باهم چگونه است؟ از این رو دغدغه اصلی سازمان های رسانه ای دینی و نیز متفکران حوزه مطالعات رسانه ای، تدوین تئوری هنجاری برای ترسیم نقشه راهبردی رسانه دینی در سپهر رسانه ای جهان می باشد. آنچه که در این گونه مطالعات مشهود است، رویکرد سکولار می باشد که متأسفانه این رویکرد در کشورهای اسلامی نیز متداول است .

دومین همایش بین المللی دین و رسانه در ادامه سلسله همایش هایی است که مرکز پژوهش های اسلامی صدا و سیما در دو سال گذشته برگزار نموده است. این سلسله همایش ها به هدف زمینه سازی برای تولید دانش در حوزه هنر، دین و رسانه برگزار شده است. مجموعه پیش رو، مقالات پذیرفته شده

ص:۱۳

در همـایش می باشـد کـه توسـط گروه هنر، ارتباطـات و رسـانه تهیه و تـدوین گردیـده است. در انتخـاب این مقالات تلاش گردیده تا از یک سو دیدگاهی دینی داشته باشیم و از سوی دیگر در حوزه رسانه به علوم مربوط به آن بپردازیم .

بـا عنـایت به مـوارد پیش گفته ، تلاش بر آن است که این مجموعه الگویی مبتنی بر متون معتبر اسلامی و شیعی، برای تـاثیر گـذاری مطلوب بر رسـانه هـای همگـانی، بخصوص رادیو وتلویزیون فراهم آورد تا با تکیه بر نظریات جدیـد رسانه ای، راهی بسوی رسانه دینی بگشاید.

در پایان لازم است ضـمن قـدردانی از همه اساتیـد و پژوهشـگران که در صدد تولید علم و اندیشه در مقوله رسانه و دین بوده انـد، از تلاش عزیزانی که بـا برگزاری دومین همـایش بین المللی دین و رسـانه فضـا را برای ارائه آثار فرهیختگان این عرصـه فراهم نمودنـد و نیز همراهی دانشکده صداوسیما، دفتر مطالعات و برنامه ریزی رسانه ها ـ وابسته به وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی ـ در برگزاری این همایش یاری نمودند، تقدیر نمائیم.

شایسته است از سایر عزیزانی که به دلیل رعایت اختصار نامی از آنها برده نمی شود ولی در برگزاری همایش و آماده سازی کتاب همایش نقش موثر ایفا نمودند قدردانی گردد.

امیـد است اثر حاضـر بتوانـد بخشـی از خلاء موجود در مبـاحث دین و رسـانه را جـبران نموده و بـا ورود بیشتر اندیشـمندان و پژوهشگران در باب دین و رسانه شاهد آثار عمیق تری در این زمینه باشیم .

گروه هنر، ارتباطات و رسانه

ص:۱۴

زیر فصل ها

پیش گفتار

پیش گفتار

شادی و نشاط، از جمله حالت های فراگیر شخصیت انسان است که بر نگرش‌ها، باورها، احساسات و رفتار او تأثیر بسیار شگرفی می گذارد و می تواند همه جنبه‌های شخصیت او را در حال و آینده، دستخوش تغییر و تحول کند. افزون بر این، بر اساس نگرشی که در این نوشته از آن سخن خواهیم گفت، این عنصر حتی می‌تواند بر حیات اخروی انسان نیز تأثیر مثبت یا منفی بسیاری داشته باشد.

توسعه و پیشرفت انسان در حیات مادی سبب شده است همه جنبه‌های زندگی او و چه در حوزه‌های فردی و شخصی، چه در حیطه خانواده و حتی در حیات اجتماعی، پیچیدگی‌های بسیاری پیدا کند و متغیرهای مختلفی بر اندیشه‌ها، باورها و رفتارهای او تأثیر بگذارد و همواره بر میزان دغدغه‌ها و نگرانی‌های او بیفزاید. ازاین رو، این امر ناگزیر او را به تأمل وا می دارد تا راه های بهتر زیستن و غلبه بر مشکلات را بیابد. در نتیجه، انسان معاصر بیش از آنکه بکوشد به قله‌های کمال مادی و معنوی برسد و اندیشه‌اش به رشد و شکوفایی استعدادهای نهفته‌اش معطوف باشد، به حل مشکلاتی می اندیشد که او را فرا گرفته است. بنابراین، ناچار است در این وانفسای زندگی

پرمخاطره و برهوت آرامش، تـدبیری بیندیشـد و روزنه‌ای برای فرار از این همه دغـدغه و انـدوه بیابـد. به همین دلیل، شادی و نشاط، در زندگی امروزه انسان و در جوامع انسانی، موضوعی مهم و مسامحه ناپذیر به شمار می آید.

هیچ آیین و مسـلک آسمانی و حتی بشری را نمی توان مثال زد که با ضرورت شادی و نشاط در زندگی انسان مخالفتی کرده باشد. البته ممکن است در مصداق شادی و رویکردهای آنها به شادی، تفاوت‌های ویژه و گاه بسیار زیاد و حتی متناقضی دید. برای مثال، از آن که ریاضت و سختی را سبب شادی روح و روان می‌داند تا آن که رها بودن از هرگونه سختی را سبب شادی بدانـد و او که از فرط شادی به وادی حیوانیت قدم می‌گذارد، همه در وفاداری به یک مفهوم مشترکند و آن، اینکه شادی نیاز انسان است. پس باید به این نیاز توجه کرد تا زندگی مادی و معنوی انسان معنادار شود و هدف ها در دسترس او قرار گیرند.

گذشـته از اینها، رویکرد دیگری که بایـد در ضـرورت شادی‌های فردی و اجتماعی بدان توجه کرد، این است که چون از بعد روانی، شـادی در شـمار هیجـان هـای انسـان قرار می گیرد، توجه و تخلیه درست و ارضـای بجای آن، در سـلامت روح انسان نقش بسـیار مهمی دارد. امروزه در سایه پیشـرفت‌های علمی و دسـتاوردهای بی‌شـمار بشـری، ثابت شده است ریشه بسیاری از اختلال هـای روانی و بیمارهای روحی انسان، بی توجهی به نیازهای فطری و ذاتی او از جمله شادی و نشاط است. بسـیاری از روان پریشـی هـای فردی که به اختلال های رفتاری و حتی فکری می انجامـد یا حجم قابل توجهی از ناهنجاری‌های اجتماعی، دلیلی جز کاستی در توجه به شادی و نشاط افراد و جامعه ندارد.

از این هم بایـد پـا را فراتر نهیم؛ زیرا به یـاری تسـلط بشـر بر برخی علت ها و عوامل بیماری‌های جسـمی، ثابت شـده است فقر شادی و نشاط فردی،

یا به تنهایی سبب بروز بسیاری از بیماری‌های جسمانی می شود یا علت تشدید و دیر پا بودن آنها و یا گاهی سبب بازگشت این بیماری‌هاست. در این نوشتار، اشاره خواهیم کرد که وجود شادی‌ها و نشاط‌های واقعی و عمیق، چه دستاوردهای بسیار ارزشمندی در حوزه‌های فردی، خانوادگی، سیاسی، اجتماعی، اقتصادی و فرهنگی دارد و نبود این شادی‌ها، چه زیان های کوچک و بزرگی در این حوزه‌ها بر جای می گذارد.

شاید برای خواننده گرامی این پرسش پیش آید: چرا با اینکه نویسنده، امور نام برده را با عبارت هایی همچون بی‌شک و تردید، بدیهی انگاشت، در جامعه ما باز شادی و نشاط، گنجی نایاب و پدیده‌ای نادر است؟ چرا سایه گسترده افسردگی‌های فردی و اجتماعی و فشارهای روانی، بیشتر از این امور بدیهی، ملموس و قابل مشاهده و مثال زدن است؟ چرا با همه مزایا و پی آمدهای مثبت شادی و نشاط، حتی در حیطه رفتارهای فردی، زحمت فکر کردن و برنامه ریزی برای آن را به خود نمی دهیم؟ آیا برای همه اموری که برای زندگی معنوی و حیات دنیوی ما مهمند، چنین اهمیتی قائلیم؟

برای پاسخ دادن به این پرسش‌ها باید به کاوش های علمی در حوزه روان شناسی اجتماعی و حتی جامعه‌شناسی جامعه ایرانی بپردازیم. باید به ریشه‌های فرهنگی و گاهی حوادث تاریخی و کهنی مراجعه کنیم که ذائقه فرهنگی ما را شکل داده است. باید یک به یک به عواملی توجه کنیم که به نوعی نگرش و رفتارهای فردی و اجتماعی ما را رقم زده است. باید ریشه‌ها و دلایل اصلی را بیابیم و در درمان این درد مزمن فردی و اجتماعی، همچون طبیبی ماهر، متعهدانه، کمر همت به خدمت بر بندیم و در پی تشخیص درست، درمان صحیح را آغاز کنیم.

بـدین منظور، ابتـدا باید نگرش خویش را درباره شادی و نشاط اصـلاح کنیم. باید باور کنیم موفقیت در کسب شادی و نشاط اصـیل، درونی و عمیق سـبب کام یابی در همه جنبه‌های حیات معنوی و مادی خواهد شد. باید باور کنیم شادی و نشاط اصـیل می‌توانـد امید بیافریند، تلاش‌ها و انگیزه هایمان را دو چندان سازد و در نتیجه، در حوزه فکر و عمل، ارزش افزوده ایجاد کند. بایـد بـاور کنیم در شـرایط زنـدگی امروز، شـادی و نشاط، ماننـد تنفس، برای خود و اطرافیانمان جنبه حیاتی و اجتناب ناپـذیر دارد. ایجاد این باور در تک تک افراد جامعه می‌تواند سـبب نهادینه شدن شادی و نشاط در خانواده شود و در نهایت، نشاط و شادی اجتماعی را ریشه‌دار و ماندگار سازد.

به اعتقاد نویسـنده، پژوهشـگرانی که درصدد مطالعه موضوع هایی مانند شادی و نشاط هسـتند و از نظر روان شناختی یا جامعه شنـاختی به مطـالعه آن همت می گمارنـد و می کوشـند مبـانی نظری این موضوع هـا را بیـان کننـد، همواره در درجه نخسـت اهمیت و اولویتنـد. کسـانی نیز که در گسترش و توسـعه فضـای شـادی و نشـاط در جـامعه تلاش می‌کننـد و در گرایش انسان مـدرن امروزی، به شادی‌های پایدار و اصـیل روی می آورند، به دلیل پیش گفته، اهمیت ویژه ای دارند. در این میان، بسـته به شرایط امروزی، رسانه‌ای همچون تلویزیون می‌توانـد بزرگ‌ترین و فراگیرترین دسـتگاه تبلیغ و ترویج فرهنگی و مذهبی کشور و مؤثرترین رسانه در شـکل‌گیری فرهنگ عمومی باشـد. پس بسـیار مهم به نظر می رسد که با تدبیر و مطالعه لازم، این رسانه بتوانـد برخی عناصـر فرهنگی مطلوب و مفـاهیمی را که برای ارتقـا و تکامـل افراد و اجتمـاع، مؤثر است، با ترکیبی از هنرهای رسـانه ای، در میـان توده مردم و خواص مطرح کنـد تـا این گونه مفـاهیم و عناصـر، در فرهنـگ فردی، خانوادگی و اجتماعی نهادینه شود.

ص:۱۸

فراموش نکنیم رسـانه ملی نبایـد و نمی‌توانـد خود، تولیدکننـده مفـاهیم پـایه، مبانی، اصول و مـدل‌های شادی و نشاط مطلوب، اصیل و پایدار باشد. شاید این انتظار بجایی نباشد از دستگاهی که بیشتر رسالتش، رنگ آمیزی، ترویج و تبلیغ مفاهیم و عناصر فرهنگی و مدیریت قالب‌های هنری برای تبیین، تبلیغ و تعمیق آنهاست، انتظار داشـته باشـیم تولیدکننده مبانی، اصول، مدل‌ها و ادبیات آن باشد. ولی اکنون که شادی و نشاط ــ عنصـری که در ادبیات دینی و ملی ما جایگاه برجسـته ای دارد ــ از فراموش شده‌ترین عناصر و مفاهیم فرهنگی ماست، رسانه ملی باید به چنین مفاهیمی روی خوش نشان دهد و حتی گاه فراتر از وظایف خود عمل کند؛ زیرا رشد و تعالی فرهنگی، سیاسـی، اقتصادی و اجتماعی جامعه‌ای که سرشار از نگرانی‌های خودساخته بشری است، امکان ندارد. مگر آنکه به درجه ای از آرامش روانی، شادی و نشاط فردی و اجتماعی برسد.

تلاش نویسـنده در این نوشـته که در مجموعه رسانه ملی و از سر دغدغه و نیاز رنگ تحقق می‌گیرد، کوچک‌ترین گامی است که می‌توانـد تنهـا به طرح موضوع و چارچوب‌های لازم برای ادامه آن تا تولیـد نظریه‌های دقیق، عمیق و مؤثر علمی و همچنین دست یابی به مدل‌های شادی اجتماعی در یک رسانه فراگیر کمک کند.

ص:۱۹

فصل اول: کلیات

اشاره

فصل اول: کلیات

زیر فصل ها

مقدمه

مقدمه

برای همه افراد، حتی اگر یک بار هم شده باشد، این پرسش پیش آمده است که به راستی چرا انسان ها با یکدیگر این همه تفاوت دارند؟ برخی از انسان ها، پرتحرک، فعّال، شاد، پویا و خوش بین هستند و در هر چیز عادی، جلوه ای نو می بینند، از هر تجربه ای درس می آموزند و محیط خود را سراسر لطف، رحمت، خوبی و خیر می‌بینند. حتی در ورای هر ناملایمت و رنجی، تفسیر خوش‌یمن و آرامش‌افزایی بیان می دارند، به گونه ای که به رخدادها و پدیده های اطراف خود، کمتر با دید منفی و درد آور می نگرند. در مقابل، گروهی دیگر، خسته، فرسوده و دل مرده هستند و اطراف خود را سراسر ملال آور می بینند. به حوادثی که در اطرافشان می گذرد، بی توجهی می کنند، همیشه نومید هستند و درباره جهان و آنچه در آن رخ می‌دهد، نظر خوش بینانه‌ای ندارند.

بر این دو گروه می توان نام های گوناگونی نهاد و آنان را از جهت های مختلف دسته بندی کرد که البته بیشتر به گروه نخست، افراد خوش بین،

-۱

شاداب، بانشاط و گاه پرتحرک و به گروه دوم، افراد بـدبین، غمگین، افسـرده یا کسل می گویند. در این میان، می توان گروه سومی نیز ترسیم کرد که به صورت مقطعی در یکی از دو گروه بالا قرار می گیرنـد؛ یعنی نه نشاطِ پایـدار دارنـد و نه همیشـه کسل و افسرده اند.

سرآمـدان علم و عمـل و نیز کسـانی که توانسـتند به قله هـایی از کـام یـابی علمی و عملی برسـند یـا به مراحل بلنـد معنویت و کمالات انسانی نایل شوند، همه فضیلت های خود را از توفیق الهی در بهره مندی از روحیه شاداب می دانند.(۱)

این روحیه سبب می شـود آنـان بتواننـد آنچه را در توان دارنـد، به کـار گیرنـد و به تکـاپو بپردازنـد و به آنچه وظیفه خویش تشـخیص دادنـد، عمـل کننـد و هیـچ گـاه خسـتگی، تنبلی و تن پروری را به درون خود راه ندهنـد. به راسـتی شـادی و نشـاط چیست؟ چگونه پدیـد می‌آیـد؟ چگونه گسـترش می یابـد؟ عوامـل و موانع آن کـدام است؟ نظر خـالق انسـان به عنوان معمـار فیزیکی و روحانی انسان درباره شادی و نشاط، که ضرورت زندگی مادی و معنوی انسان است، چیست؟ در آموزه های ادیان به ویژه دین مبین اسـلام چه تعـالیمی بیـان شـده است و چه برداشت‌های ممکنی از این موضوع می‌توان داشت؟ بزرگان دین و صاحبان اندیشه، درباره شادی و نشاط چه گفته اند و دیدگاه آنان در این باره چیست؟

۱. تعریف شادی و نشاط

اشاره

۱. تعریف شادی و نشاط

زیر فصل ها

الف) از دیدگاه واژه شناسی

ب) از دیدگاه روان شناسی

ج) از دیدگاه جامعه شناسی

د) از دیدگاه دین

الف) از دیدگاه واژه شناسی

الف) از دیدگاه واژه شناسی

واژه نشـاط در لغت فارسـی به معـانی سـرزندگی، زنـده دلی، خوش دلی، سـبکی و چالاـکی یافتن برای اجرای امور، خوشـی، شادمانی، خرمی، سرور، شادی، طرب، خرسندی و در مقابل کسل آمده است.

۱- نک: محمد بهشتی و دیگران، آرای دانشمندان مسلمان در تعلیم و تربیت و مبانی آن، ج۲، ص۷۱.

در لغت نامه دهخدا، در ادامه لغت شادی چنین آمده است: «حالت مثبتی که در انسان به وجود می آید و در مقابل غم و اندوه قرار دارد.» دهخدا در همین کتاب، شادی را به شادمانی، خوش حالی، مسرت، نشاط و طرب تعریف کرده است. همچنین توضیح می دهد شادی حالتی است که در مقابل سوگ قرار دارد و معمولاً منجر به رفتاری می شود که به آن حالت، شادی کنان گفته می شود؛ یعنی فرد در حال شادی کردن است. لغت شادی شامل ترکیبات مختلفی است، از جمله:

شادی کنان: مسرت کنان، در حال شادی کردن.

شادمانه: منسوب به شادی، خشنودی، جشنی که از روی شادی و نشاط بگیرند.

شادی آمیز: آمیخته با شادی، همراه با شادی.(۱)

نشاط: نشاط به فتح نون نیز از معانی شادی، شادمانی، خوشی و خوش حالی است.

شادی نیز واژه ای فارسی است که در معنای حاصل مصدری به کار می رود.

معادل شادی در عربی، فرح به معنای خوش حالی یا لذت های زودگذر است. بیشترین کاربرد آن، در لذت های جسمانی است. خاستگاه این حال انفعالی را باید در نیروی شهوانی جست. در لغت عرب درباره نشاط چنین آمده است: «نشاط در مقابل کسالت و تنبلی است که به معنای رغبت و میل به کار داشتن است و کاری را با طیب نفس و رغبت انجام دادن و با چالاکی به کار پرداختن».(۲)

۱- علی اکبر دهخدا، لغت نامه، ج ۱۳، ص ۱۹۸۷۱۳.
۲- ابن منظور، لسان العرب، ج۷، ص۴۱۳.

خوب است پس از تبیین لغوی مفهوم شـادی و پیش از بررسـی همه مبحث هـایی که در این حوزه مطرح می شود، به بیان این نکته بپردازیم که میـان شـادی و شادکـامی تفـاوت هایی است که خواننـده گرامی در کل این پژوهش نبایـد آن را از نظر دور دارد. مهم ترین تفاوتی که میان شادکامی و شادی وجود دارد، این است که شادکامی به قضاوت مثبت برآینـد میزان مطلوبیت فرد از کیفیـت زنـدگی و رضـایت از آن گفته می شـود. از شادکـامی به «سـعادت» تعـبیر می شـود، درحـالی که شـادی، بروز ظاهری لحظه های شادکامی است که نوعاً همراه با هیجان و احساسات فرد است.

در تعریف ها و نکته هایی که از سخنان برخی اندیشمندان مسلمان و غربی بیان شده، مرز این دو تعریف به هم آمیخته است و در کمتر موردی میان آنها تفکیک قائل شده اند، ولی همواره این مرز را باید در نظر داشت.

ب) از دیدگاه روان شناسی

ب) از دیدگاه روان شناسی

پدیـده شـادی در روان‌شناسـی، در حوزه «انگیزش و هیجـان» بررسـی، تبیین، تحلیـل و تعریف می شود. هیجان عبارت است از تغییرات روانی و فیزیکی که می‌توانـد منشأ درونی یا بیرونی داشـته باشـد و بر دو نوع است: هیجان‌های مثبت و منفی. مواردی ماننـد شـادی، راحـتی، ذوق، شـور و عشـق، تجربـه عرفـانی، تغییر و تحـول رو به رشـد در فرهنـگ و دین، لـذت‌هـای جنسـی، سرگرمی و ورزش، از هیجان‌های مثبت و مواردی مانند اندوه و غصه، ناکامی، تعارض، کشمکش و گناه، از هیجان‌های منفی هسـتند. هر دو گروه از هیجان‌ها می تواننـد وجود روانی انسان را تحت الشـعاع قرار دهند و سـمت و سوی فعالیت های را رقم زنند. در تعریف «شادی» از دیدگاه روان شناختی باید گفت وقتی انسان به رضامندی و کام یابی و ارضای نیازهایش دست

می یابـد، احساس و هیجانی در وی ایجاد می‌شود که از آن به خوش حالی، شادی و خرسـندی تعبیر و تعریف شده. چگونگی ظهور آن نیز به عوامل متعددی وابسته است که فرهنگ، تربیت، ملیت، مذهب و عوامل اجتماعی از آن جمله هستند.

روان انسان در مقابل عوامل بیرونی و درونی، واکنش‌های مختلفی از خود نشان می‌دهد که به آنها «هیجان» می گویند. یکی از جنبه‌های برجسته هیجان ـ که گاه مثبت است و گاه منفی ـ شادی است که به حوزه دانش روان شناسی مربوط می شود، اما با تأسف، در این علم نیز چندان به آن توجه نشده است. هنری موری می گوید:

تعریف هـای پراکنـده‌ای از این هیجان شـده است و در آنها شادی به مجموع دردها، ترکیبی از عاطفه مثبت بالا و عاطفه منفی پایین، احساس مثبتی که ناشی از حس ارضا و پیروزی است و... معنا شده است.(۱)

به طور خلاصه می‌توان گفت: «هر انسانی مطابق جهان بینی و انـدیشه خویش، اگر به چیزهای مورد علاقه اش برسد، در خود، حالتی احساس می کند که «شادی» نام دارد. «شادی»، احساس مثبتی است که از حس ارضا و پیروزی به دست می آید».(۲)

برخی روان‌شـناسان در تحلیل رفتار انسان، ساختار شخصـیت را به سه بخش تقسـیم می کنند: منِ کودکی، منِ بالغ و منِ والد. این نظریه، تکامل یافته نظریه فروید است. کودک به مفهوم خردسالی نیست، بلکه آن قسمت از ساختار

۱- مایکـل آیزِنـک، روان شناسـی شـادی، ترجمـه: خشایـار بیگی و مهرداد فیروزبخت، صـص ۴۲ و ۱۷۹؛ جـان مارشال ریو، انگیزش و هیجان، ترجمه: یحیی سید محمدی، ص ۳۶۷.
۲- همان.

شخصیت ماست که دنبال احساسات، عواطف، شادی، شادمانی و خشم است (البته شادی و خشم ذاتی نه اکتسابی). در حقیقت، بخش کودک در شخصیت ماست که شادی آفرین است و اصولاً این امر به سن بستگی ندارد. دقیقا یک مرد یا زن مسن ۷۰ یا ۸۰ ساله هم با فعال بودن منِ کودکی وجودش می‌تواند شاد باشد و احساس شادمانی کند. وقتی منِ کودک درون کسی فعال نیست، این فرد، دل مرده و غمگین است. ما خیلی از آدم‌ها را می بینیم که به دنبال ارزش‌ها و تعصب های خود هستند و کودکِ درون خود را طرد کرده‌اند؛ یعنی این آد م ها نیز کودک درون دارند، اما با پیروی از تعصب های خشک، این بخش از شخصیت آنها غیر فعال شده و کودک درون آنها افسرده است؛ برای مثال، وقتی فرد مسنی را می بینیم که در مراسمی مانند چهارشنبه سوری با شادی فراوان از روی آتش می پرد، این حرکت در حقیقت، ناشی از فعال بودن کودک درون اوست که تولید شادی می‌کند یا مثلاً پدربزرگ یا مادربزرگی که با شادی فراوان با نوه کوچک خود بازی می کند، این دقیقاً بازتاب حضور کودک درون آنهاست. پس ما باید شادی ها را در بخش کودک درون خود پیدا کنیم.(۱)

در تعریف‌های روان شناسانه دیگر بر عناصر و مفاهیم دیگری از این هیجان انسانی تأکید شده است. مثلاً جان مارشال ریو می گوید: «شادی، احساس مثبتی است که از حس رضایت مندی و پیروزی به دست می آید.»(۲) دکتر مایکل آیزنک روان شناس می گوید: «شادی عبارت است از: مجموع لذت های بدون درد.»(۳) روان شناس برجسته، دیوید مایرز،(۴) نویسنده کتاب به دنبال شادکامی؛ چه کسی شاد است و چرا؟ شادی را چنین تعریف می کند:

۱- سمیه صیادی‌فر و علی دوستی، «جامعه‌شناسی شادی»، روزنامه همشهری، ۳۰ /۱۰/ ۱۳۸۴.

۲- روان شناسی شادی، صص ۴۲ ـ ۱۷۲.

۳- همان.

۴- ۶.David Myers.

«حس خوشی؛ احساس اینکه زندگی، در کل به خوبی و خوشی ادامه می یابد.»(۱) ادوارد دنیر به این نتیجه رسیده است که شادکامی و نشاط، ترکیبی است از: وجود عاطفه مثبت یا خوشایند، نبودن عاطفه منفی یا ناخوشایند، زندگی بسیار رضایت مندانه و ادراک خشنودکننده فرد از زندگی.(۲)

از دیدگاه دیگری، شادکامی و نشاط، حالتی است که در آن، شخص تمایل به تغییر مثبت دارد.

«روان شناسان نامدار آن گاه که درباره سلامت روان بحث می‌کنند، شوخ طبعی را یکی از ویژگی‌های مهم افراد سالم می‌شمرند. برای نمونه، به دیدگاه روان شناس معروف، آبراهام مازلو(۳) (۱۹۰۸ _ ۱۹۷۰م) اشاره می‌کنیم. مازلو، نیازهای اساسی انسان را به صورت سلسله مراتبی از پایین به بالا، به شرح زیر تعریف کرده است:

۱. نیازهای فیزیولوژیک یا زیستی؛

۲. نیازهای ایمنی یا امنیت؛

۳. نیازهای اجتماعی؛

۴. نیازهای احترام؛

۵. نیازهای خودشکوفایی.

شرط دست یافتن به عالی ترین نیازها، یعنی خودشکوفایی، ارضای نیازهای پایین‌تر است. خودشکوفایی یا تحقق خود را می‌توان بالاـترین مرتبه کمال دانست. کسانی که به این مرتبه برسند، یعنی آنها که نیازشان شکوفا کردن همه استعدادهای خدادادشان است، طبق طرح مازلو، نیازهای سطوح پایین‌ترشان، یعنی نیازهای جسمانی، ایمنی، محبّت، احترام، دانستن و زیبایی را برآورده

۱- ابوالفضل طریقه دار، «جلوه‌های شادی در فرهنگ و شریعت»، مجله حدیث زندگی، بهار ۱۳۷۹، پیش شماره ۲.

۲- دوآن شولتس، روان شناسی کمال، ترجمه: گیتی خوشدل، ص ۴۹.

۳- Abraham (Harold) Maslow.

ساخته انـد. آنها روان رنجور و درمانده نیسـتند و از بلوغ، پختگی، سـلامت و آرامش برخوردارند و می دانند که کیسـتند و به کجا می روند. مازلو، ویژگی های زیر را مهم ترین خصوصیات خواستاران تحقق خودشکوفایی می داند:

۱. ادراک صحیح واقعیت؛

۲. پذیرش کلی طبیعت، دیگران و خویشتن؛

۳. خود انگیختگی، سادگی و طبیعی بودن؛

۴. توجه به مسائل بیرون از خویشتن، وظیفه شناسی و فداکاری؛

۵. نیاز به خلوت و استقلال؛

۶. واکنش مستقل و متکی بودن به انگیزه‌های درونی؛

۷. تازگی مداوم تجربه های زندگی؛

۸. تجربه های عارفانه؛

۹. نوع دوستی و احساس همدلی با جامعه انسانی؛

۱۰. داشتن روابط متقابل با دیگران؛

۱۱. اهمیت دادن به هدف بیش از وسیله و قدرت تشخیص خیر از شر؛

۱۲. شکیبایی، بردباری و مردم گرایی؛

۱۳. حس طنز و شوخی مهربانانه؛

۱۴. آفرینندگی و ابتکار؛

۱۵. مقاومت در برابر فرهنگ پذیری و فشارهای اجتماعی.

مـازلو معتقـد است که شـوخ طبعی افراد کاملاًـ سـالم، بـا شوخی کردن و خنديـدن افراد عـادی تفـاوت دارد. اشخاصـی که از سلامت روان کمتری برخوردارند، به سه گونه شوخی می‌خندند:

۱. شوخی خصمانه که لازمه‌اش آزار کسی است؛

۲. شوخی برتری طلبانه که به تحقیر شخص یا گروهی دیگر می‌پردازد؛

۳. شوخی عصیان در برابر قدرت که نشانه‌های ضعف و وقاحت را با خود دارد.(۱)

از آنجا که شادی یکی از هیجانات اساسی بشر است، لذا هر کس به فراخور خود، آن را تجربه می نماید، اما تعریف شادی به سادگی تجربه آن نیست. افلاطون در کتاب جمهوریت به سه عنصر در وجود انسان اشاره می کند که عبارتند از: قوه عقل یا استدلال،(۲) احساسات(۳) و امیال.(۴) افلاطون، شادی را حالتی از انسان می داند که بین این سه عنصر، تعادل و هماهنگی وجود داشته باشد (دیکی، ۱۹۹۹). ارسطو شادی را زندگی معنوی می داند. جان لاک(۵) و جرمی بنتام(۶) معتقدند که شادی مبتنی بر تعداد وقایع لذت بخش است. آرجیل و همکاران (۱۹۹۵)، شادی را ترکیبی از وجود عاطفه مثبت، فقدان عاطفی منفی(۷) و رضایت از زندگی(۸) می دانند.

جامع ترین و در عین حال عملیاتی ترین تعریف شادمانی را وینهوون (۱۹۸۸) ارائه می دهد. به نظر او، شادمانی به قضاوت فرد از درجه یا میزان مطلوبیت کیفیت کل زندگی‌اش اطلاق می گردد. به عبارت دیگر، شادمانی به این معناست که فرد چقدر زندگی خود را دوست دارد. در تعریف وینهوون از شادمانی، چند عنصر وجود دارد که به اختصار توضیح داده می شود:

«۱. درجه یا میزان: واژه شادمانی بیانگر ارزیابی کمال مطلوب از زندگی نیست، بلکه بیانگر یک درجه یا میزان است؛ همانند مفاهیم طول و وزن،

۱- ۱۰ محمود گلزاری، «شوخ طبعی و سلامت روان»، حدیث زندگی، پیش شماره ۲، بهار ۱۳۷۹، ص ۱۱.

۲- Reason.

۳- Emotions.

۴- Appetites.

۵- John Locke.

۶- Jeremy Bentham.

۷- negative affect.

۸- satisfaction with life.

بیشتر یا کمتر بودن چیزی. به عبارت دیگر، واژه شادی، میزان خوشایندی زندگی را می رساند.

۲. شخص: واژه شادمانی صرفاً برای توصیف حالت یک فرد به کار می رود و قابل تعمیم به اجتماعات، اشیا و وقایع نیست. بنابراین، اگر بخواهیم شادمانی یک ملت را مورد بحث قرار دهیم، بهتر است بگوییم اکثر شهروندان آن کشور، خود را شادمان تصور می کنند.

۳. قضاوت: واژه شادمانی وقتی به کار می رود که فرد درباره زندگی خود یک قضاوت کلی می کند. قضاوت به یک فعالیت عقلانی اشاره دارد. قضاوت کلی یعنی ارز یابی تجارب پیشین و پیش بینی تجارب آتی. به عبارت بهتر، شادمانی جمع ساده لذات نیست، بلکه شناختی است که فرد از بررسی تجارب مختلف به دست می آورد. واژه شادمانی برای اشاره به جنبه خاصی از زندگی به کار نمی رود، بلکه کل زندگی فرد را مدنظر دارد.

۴. مطلوبیت: در تعریف شادمانی، منظور از خوشایندی، ارزشمند و دوست داشتنی بودن زندگی از طرف خود فرد است. اسگود (۱۹۷۱) در این مورد چنین می گوید: «در همه فرهنگ ها، مصادیقی از خوبی و بدی وجود دارد که افراد آن جوامع طبق این مصادیق، خوشایندی یا ناخوشایندی زندگی خویش را مورد قضاوت قرار می دهند».(۱)

آرگایل(۲) که از صاحب نظران روان شناسی مثبت گراست، در بحث شادکامی تصریح می کند شادکامی تنها در سایه شعارها و لذت های آنی به دست نمی آید و نیازمند داشتن احساس رضامندی و نفی عواطف منفی است.(۳)

۱- ابراهیم میرشاه جعفری، «شادمانی و عوامل مؤثر بر آن»، مجله تازه های علوم شناختی، ۱۳۸۱، سال چهارم، ش ۳، ص ۴۵.

۲- Argyle.

۳- نک: عباس پسندیده، شادکامی از دیدگاه پیامبر اسلام، ص ۸.

ج) از دیدگاه جامعه شناسی

ج) از دیدگاه جامعه شناسی

از نظر ارسطو، شادی بر سه نوع است: مردم عادی در پایین‌ترین سطح، پیرو این نظریه هستند که لذت، شادی آفرین است. در سطحی بالاتر، افراد طبقه متوسط، شادی را با کام یابی یکسان می دانند. عالی ترین نوع شادی از نظر ارسطو، نشاطی است که بر اثر زندگی اندیشمندانه ایجاد می شود.

شادی و نشاط، ماده اولیه تغییر، تحول و تکامل حیات اجتماعی انسان هاست. در جامعه خوش حال و خرسند، تولید، بهتر؛ اشتغال، بیشتر و اقتصاد، سالم تر خواهد بود. در محیط شاد است که ذهن انسان‌ها پویا، زبانشان گویا و استعدادهایشان شکوفا می شود و جامعه به سوی تعالی و پیشرفت گام برمی‌دارد.

در بیشتر زیرشاخه‌های جامعه شناسی مانند جامعه شناسی جوامع مختلف انسانی، طبقات مختلف اجتماعی، جامعه شناسی پدیده‌های متفاوت اجتماعی، جامعه شناسی اوقات فراغت و مانند آن، موضوع شادی، کم یا زیاد مطرح می شود و دقت و توجه جامعه شناسان را به سوی خود جلب می کند. در بحث جامعه شناسی شادی، تأثیر متقابل انواع پدیده ها و روابط اجتماعی بر شادی و ارتباط متقابلی که شادی در روابط اجتماعی، طبقات و گروه های سنی مختلف می گذارد، بررسی می شود. برای مثال، اینکه آیا شادی زن و مرد با یکدیگر متفاوت است؟ شادی جوانان و تأثیرات آن چیست؟ آیا شادی طبقات مختلف با هم تفاوت دارد یا نه؟ شادی در جوامع شهری و روستایی چگونه است؟ تأثیرهای شادی و نشاط بر پدیده های جامعه شناختی مختلف چیست؟

«از بعد سیاست‌گذاری اجتماعی نیز اتفاقاً شادی مسئله بسیار مهمی است؛ چرا که تعریف شادی و سیاست خیلی به هم نزدیک است. سیاست‌گذاران اجتماعی و روشن فکرانی که به این مسئله می پردازند، بین این دو تفاوت قائلند،

ص:۳۱

اما به طور کلی، شادی را نوعی احساس سعادت می دانند؛ چیزی که از آن طریق، انسان احساس لذت کرده و به منبع سعادت دست پیدا می‌کند. به نظر می رسد هر قدر ملتی شادتر باشد، احساس رفاه بیشتری دارد. اگر توجه کنید، می بینید که رفاه را می‌توان بر اساس یک بعد ذهنی نیز تعریف کرد.

بعضی افراد معتقدند شادی ها می توانند کنش هایی احساسی باشند. پس در این صورت می توان شادی را به دو نوع تقسیم کرد:

۱. شادی از نوع احساسی؛

۲. شادی از نوع واکنش شناختی.

به خصوص شادی‌های جمعی، شادی‌های شناختی‌تری هستند؛ چرا که اگرچه بیشتر آنها ابداعی و ساختگی بوده اند، اما در طول مدت زمان بسیاری باقی مانده اند. به نظر می‌رسد شادی های جمعی، زندگی بخش تر هستند و به همین جهت، می‌توان در بعضی موارد، شادی های جمعی را در مقابل سوگواری ها و غم های جمعی نیز قرار داد.

پس در بعد سیاست‌گذاری های اجتماعی، شادی به خاطر نقشی که در بهزیستی و رفاه دارد، از اهمیت بسیاری برخوردار است. مقولات ذهنی باعث می شوند حتی با وجود رفاه مادی، افراد احساس بدبختی کنند. مثلاً اگر تیم ملی کشور ببازد، افراد احساس بدبختی می کنند، اگرچه از لحاظ دسترسی به مسکن، شغل و تغذیه مشکلی نداشته باشند.(۱)

د) از دیدگاه دین

د) از دیدگاه دین

برآیند برداشت های اندیشمندان مسلمان از شادی، آن است که واژه های سرور، شادی، نشاط، فرح و شادمانی، دسته‌ای از عواطف ارزشمندی هستند که خداوند به منظور حفظ بقای انسان در وجود او نهاده است.

۱- سمیه صیادی‌فر و علی دوستی، «حفظ یا حذف شادی»، روزنامه همشهری، ۲۲/۱۲/۱۳۸۴.

«شادی، رفتاری است که باعث انبساط خاطر فرد می شود و از نیازی حیاتی که سلامتی عاطفی او را به دنبال دارد، حکایت می کند. در اسلام، شادی حالت ابتهاج و نشاطی است که تحت تأثیر عوامل مختلف بر انسان عارض می شود که در آن حالت، روح انسان به درجه رضایت و گشایش می رسد. از نظر اسلام، شادی، آدمی را از تنبلی رهانیده و سرزنده و سرحال می سازد».(۱)

اندیشمند معاصر، شهید مرتضی مطهری، با رویکردی روان شناسانه و اسلامی می گوید:

سرور، حالت خوش و لذت بخشی است که از علم و اطلاع بر اینکه یکی از هدف ها و آرزوها انجام یافته یا خواهد یافت، به انسان دست می دهد و غم و اندوه، حالت ناگواری و دردناکی است که از اطلاع بر انجام نشدن یکی از هدف ها و آرزوها به انسان دست می دهد.(۲)

در محتوا و ذات اسلام، نه تنها غم راه ندارد، بلکه سراسر دین، شادی آفرین و شادی بخش است. در فرهنگ دین، شادی همان سرور، رسیدن به اوصاف پنهانی و قلبی و دست یابی به منفعتی است که مصلحت دین و دنیای شخص را تضمین می کند.

شادی یعنی بالندگی، نشاط و حرکت و نقطه مقابل آن، جمود، خمودی و رکود است. هـــر موجودی که بخواهد زنده باشد، باید به این مفهوم نظر داشته و شاد باشد؛ زیرا زندگی، مخالف افسردگی و مساوی شادی و سرور است. اگر در زندگی حرکت، سیلان، بالندگی و نشاط نباشد، «زندگی» امکان پذیر نیست. بنابراین، چون دین از منبع لایزال حیات سرچشمه می گیرد، پیام آن هم همان حیات واقعی است. پس اندیشه دینی، حیات را امری مستمر و جریان دار قلمداد

۱- محمدرضا کاشفی، پرسش ها و پاسخ ها (دفتر اول، خداشناسی و فرجام شناسی)، صص ۷۵ _ ۷۸.

۲- مرتضی مطهری، مقالات فلسفی، ج ۲، ص ۶۶.

می کند و به مرگ اعتقادی ندارد. در واقع، پیام دین، حیات و زندگی است: «فَلَنُحْيِيَنَّهُ حَيَاةً طَيِّبَةً.» (نحل: ۹۷) از دیدگاه قرآن، همه هستی در جنبش و حرکت است. حتی حرکت جوهری ــ که ملاصدرا مبدع آن است و فیلسوفان دیگر بر آن تأکید کرده اند ــ تأییدکننده همین مطلب مهم است که کل هستی در حرکت، جنبش و دارای حیات است.

از آنجا که رسالت این نوشته، بررسی شادی و نشاط از منظر دینی است، در صفحه های بعد بررسی بیشتری خواهیم نمود، ولی در اینجا باید به این مهم اشاره کنیم که در متون دینی هم برداشت های متفاوت و گاه متناقضی از شادی شده است. به این خاطره از شهید آیت الله دکتر بهشتی دقت کنید:

«قرن‌های متمادی به استناد برخی از روایات صوفیانه که نمی تواند هیچ ارتباط اصیلی با قرآن کریم و با پیشوایان اسلام داشته باشد، تفریح کردن، نشاط در زندگی داشتن و امثال اینها را برای یک مسلمان ارزنده، نقطه ضعف معرفی می کرده اند. در آغاز دوران بلوغ، حدود چهارده ــ پانزده ساله بودم و تحصیلات علوم اسلامی را هم تازه شروع کرده بودم. به حکم آن نشاط و شادابی که انسان در آن سن دارد، پیش یا بعد از مباحثه و پیش یا بعد از درس، دوستان می گفتند، می خندیدند و می گفتیم و می خندیدیم. یکی از رفقا با من هم مباحثه بود، ولی سن او از من چند سال بیشتر بود. او بازار را رها کرده و به تحصیلات علوم اسلامی آمده بود؛ بزرگ شده در جلسات مذهبی معمولی مثل هیئت ها بود. ایشان وقتی ما می خندیدیم، می گفت فلانی، حالا که آغاز دوران تحصیل علوم اسلامی است، بهتر است که خودمان را عادت بدهیم که نخندیم یا کمتر بخندیم. گفتم چرا؟ گفت: خوب، آیه قرآن است: «فَلْيَضْحَكُواْ قَلِيلاً وَ لْيَبْكُواْ كَثِيرًا؛ کم بخندید و زیاد بگریید.» (توبه: ۸۲) در آن موقع که ایشان این آیه و یکی دو حدیث به این مناسبت می خواند، من فکر نکردم که بروم مطالعه کنم؛ آغاز دوران تحصیل بود

و آن موقع اصولاً ـ آدم به این فکر نمی افتد که هنوز مطالعات و معلوماتش خیلی محدود است؛ فکر نکردم که بروم مطالعه کنم، ریشه کار را دربیاورم، به او گفتم: بالاخره به من بگو ببینم این خندیدن کار حرامی است یا نه؟ گفت: نه، حرام نیست، ولی خوب، بهتر است یک مسلمان زبده و ورزیده نخندد. گفتم: حالا که حرام نیست، من می خندم؛ برای اینکه فطرت من نمی تواند این تعلیم را فعلاً بپذیرد و چون تعلیم مربوط به واجب و حرام نیست، باشد تا بعد ببینم چه می شود.

چند سالی گذشت. مطلب از خاطر من رفته بود. این مسئله، اولین مطلبی بود که من به صورت مستقل بر اساس قرآن و کتاب و سنت مطالعه ای تحقیقی را درباره اش شروع کرده بودم. به مناسبت آن مطلب، بنا گذاشتم یک بار قرآن را از اول تا آخر با دقت به صورت یک کتابی که می خواهم برای من یک کتاب علمی باشد، بررسی کنم. رسیدم به این آیه. دیدم عجب! این آیه در قرآن هست، صحیح است، اما مطلب، درست در نقطه مقابل آن مطلبی است که آن آقا از آن فهمیده بود. مطلب این است که پیغمبر دستور صادر کرده بود که باید همه نیروهای قابل، برای شرکت در مبارزه علیه کفار و مشرکینی که به سرزمین اسلامی هجوم آورده بودند، بسیج شوند. برای یک بسیج عمومی فرمان صادر کرده بودند. عده ای با بهانه های مختلف از شرکت در این لشکرکشی، خودداری و از فرمان بسیج خدا و پیغمبر تخلف کرده بودند. حالا این آیات قرآن می گوید لعنت خدا باد بر این کسانی که دیدند پیغمبر با انبوه مسلمان ها به میدان نبرد می رود، اما باز هم زندگی دوستی آنها را وادار کرد از فرمان خدا و رسول تخلف کنند و بمانند. لعنت خدا بر آنها باد! محروم باد این گروه از رحمت حق! به دنبال آن و به عنوان یک نفرین می گوید: از این پس، این گروه نافرمان کم بخندند و زیاد بگریند. این را

به عنوان یک کیفر و نفرین بر این گروه نافرمان می گوید. به کیفر این تخلف از فرمان خدا و رسول، از این پس کم بخندند و زیاد بگریند. خنده در زندگی آنها کم باد و گریه در زندگی آنها فراوان باد!

این نوع استنباط‌های نابجا و تلقین آن به مسلمانان، به اضافه عوامل دیگر، سبب شد که توجه جامعه ما به مسئله تفریح کم باشد».(۱)

۲. ضرورت و اهمیت شادی و نشاط

اشاره

۲. ضرورت و اهمیت شادی و نشاط

شاید نتوانیم کسی را بیابیم که با ضرورت و اهمیت شادی در زندگی انسان بیگانه باشد یا ضرورت آن را در زندگی فردی خود و جمعی انسان ها انکار کند؛ زیرا شادی و نشاط، یکی از نیازهای اساسی و فطری انسان است. شادی، ضرورتی است که به زندگی معنا می بخشد و عاملی است که به روح و روان انسان این توانایی را می‌دهد که در مسیر کمال و تعالی خود بکوشد و در این راه از شادابی و نشاط لازم برخوردار باشد تا بر سختی‌ها و مشکلات این راه چیره شود و از این تلاش خود لذت ببرد. نه تنها همه اندیشمندان، بلکه حتی مردم معمولی نیز درباره ضرورت و اهمیت شادی درک مشترکی دارند و در مورد اینکه شادی، یکی از ضروریت ها و نیازهای اساسی انسان است، اتفاق نظر دارند. چه کسی را می توان یافت که ادعا کند زندگی بدون شادی و نشاط قابل تحمل است یا در زندگی خود به شادی نیازمند نیست، درحالی که اساس جهان هستی و پدیده های آن، به گونه ای طراحی شده اند که در آدمی شادی و نشاط ایجاد کنند. بهار باطراوت، صبح پرلطافت، طبیعت باظرافت، آبشارهای زیبا، گل های رنگارنگ، محبت و هزاران آفریده دیگر، همه و همه، شادی آور و لذت بخش است.

۱- روزنامه خراسان، ۶/۴/۱۳۸۴.

شـادی بـه عنـوان یکی از ملزومـات روح و روان انسـان همـان انبسـاط درونی است که آدمی همـواره بـا رسـیدن به مطلـوب و برآورده شـدن مقصود، آن را به صورت حضوری در خود احساس و درک می کنـد. شادی و خرسـندی، حالتی درونی اسـت که از آرامش خاطر و رضایت باطن حکایت می کند و چه کسـی از افراد انسان می تواند بگوید به این احساس رضایت باطنی و آرامش درونی نیـاز نـدارد. اگر کسـی به ارزش و اهمیت این هـدیه الهی به انسـان آگـاه باشـد، هرگز نمی توانـد این نیاز را انکار کند یا از آن چشم بپوشد، به گونه ای که هر صاحب خردی اذعان خواهد کرد شادی همچون نفس کشیدن، برای انسان ضروری است.

همه یـا بیشتر ادیـان و آیین‌هـای الهی یا بشری که برای سـعادت دنیایی بشـر برنامه و رهنمود داده‌انـد، از این عنصـر حیاتی در زنـدگی انسان غفلت نکرده اند و با توجه به جهان‌بینی و نوع نگاهشان به انسان و خلقت او به این نیاز فطری توجه نشان داده و آن را به رسـمیت شـناخته‌اند. در این میان، اسلام که دین فطرت است و به همه نیازهای طبیعی و فطری انسان توجه ویژه دارد، نه تنها این نیاز را به رسـمیت شـناخته است، بلکه پیروان خود را بارها به شادی های مثبت و سازنده دعوت کرده و آن را عامل توفیق و پیشرفت انسان در مسیر تعالی دانسته است.

بگـذریم که در دنیـای کنونی، بـا پیچیـده شـدن رفتـار، تعامـل هـا، روابـط و زنـدگی انسـان، یـا بر اثر حوادث یـا فعالیت های طاقت‌فرسای روزانه و حرکت در پیچ و خم های دشوار زندگی، چنان دچار بحران‌های روحی و روانی و رنج‌های جسـمی می شود که برای رهایی از این افسـردگی ناشـی از فعالیت و سـنگینی کار و فشار روحی و روانی، بایـد به شادی و تفریح به عنوان یک عنصـر حیاتی و جدایی ناپذیر زندگی خود بنگرد و حتی برای آن برنامه داشـته باشد؛ زیرا همان گونه که جسم انسان نیاز به غذا و انواع ویتامین‌ها دارد، روح انسان نیز به تنوع، استراحت، تفریح و شادی و نشاط نیاز دارد.(۱)

ص:۳۷

۱- شکرالله دانش، شادی و نشاط در منابع و متون اسلامی، ص ۴۱.

از این مهم که بگذریم، با اندکی تأمل در زندگی عینی انسان در جوامع، فرهنگ‌ها و تمدن‌های مختلف، نمی توان هیچ فرد و جامعه‌ای را مثال زد که بدون حضور و دخالت عواملی همچون شادی و نشاط یا غم و اندوه؛ در فرآیند زندگی شخصی خویش، به کار و تلاش و تفکر و عمل بپردازند. حتی باید پا را از این نیز فراتر نهد و پرسید کدام یک از لحظه های زندگی انسان بدون اثرپذیری از این عوامل می گذرد؟ به یقین، پاسخ این پرسش، اهمیت و جایگاه شادی و نشاط را در زندگی انسان مشخص می کند.

الف) جنبه فردی

الف) جنبه فردی

با نگاهی به حوزه فردی زندگی انسان و بررسی رابطه شادی و نشاط با او، از این امر مهم آگاه می‌شویم که «شاد زیستن»، زمینه، موقعیت و شرایط را آماده می کند تا انرژی لازم، تولید شود و در اختیار حوزه‌های ارگانیسم (روانی ــ فیزیکی) انسان قرار گیرد و در نتیجه، اسباب کام یابی، رشد و پویایی او فراهم شود. بنابراین، شادی، تکاپوبخش، انرژی زا، عامل تخلیه هیجان های منفی و مقوم اراده آدمی در به‌کار گرفتن توان مندی‌ها و استعدادهای خود در راستای بالندگی و پختگی است. وجود این انرژی روانی مثبت، بخش جدایی ناپذیر زندگی رو به رشد و تعالی فرد و حتی سرشته با فطرت اوست؛ زیرا تعالی و کمال، جزو فطرت اوست و هرچه که کمک کند این تعالی و کمال محقق شود، در حوزه فطریات او جای خواهد گرفت. در مقابل شادی، هیجان های منفی قرار دارد که با از بین بردن عناصر رشدزای روانی و روحانی، مانع از خودشکوفایی آدمی می شود. البته باید یادآور شویم که وجود درد، غم، نگرانی و چگونه بودن و چگونه زیستن، از شناخت و آگاهی به وجود می آید. ازاین رو، نقش جدایی ناپذیر زیستی

هدفمند، جهت دار و بامعناست. به قول مولانا: «هر کسی آگاه تر، رخ زردتر». باید دانست این نوع درد و رنج از نظر ماهیت با درد و غم ناشی از بیماری تفاوت دارد.(۱)

به باور یکی از پژوهشگران که درباره تأثیر شادی در زندگی تحقیق کرده است، «آن کس که دارای قلب طربناک است، همه عناصر جهان و پدیده های آن را در حیاتی پُرشور و جنبشی بانشاط حس می کند و حس زنده انگاری را در خود پرورش می دهد و همه هستی را در شور و طرب به نظاره می نشیند و از این منظر، امید و شوق به پیشرفت و تعالی را در خود باز می یابد. انسان طرب ناک همه عناصر هستی را در حیات پُرشور حس می کند و در همه چیز رنگ خدا و معنای ربوبیت را جست وجو می کند. قلب طربناک همه هستی را در شور و طلب می بیند و با دیدن هر نمودی از نمودهای هستی به ابتهاج و انبساط روحی دست می یابد. قلبی که پایگاه عرش الهی و جایگاه نزول رحمت و محبت خداست، آن قلب باطراوت و بانشاط است».(۲)

بر این اساس، باید چنین داوری کرد که نشاط، شادی، سرور، خوش دلی، خوش حالی، خشنودی، برای انسان، تعادل، آرامش و آسایشی را فراهم می آورد که می تواند در پرتو آن، توفیق بیشتر و افزون‌تری در رسیدن به هدف های مادی و معنوی خود به دست آورد؛ زیرا ناکامی، ترس، غم، اندوه و ناآرامی را از انسان دور می سازد و سبب می شود تنها به هدف ها و آرمان های خود بیندیشد. در نهایت، این کام یابی در دست یابی به هدف ها نیز خود سبب شادی و رضایت و خشنودی بعدی می شود و از آنجا که این

۱- نک: گفت و گو با آقایان محمود گلزاری، سید یحیی یثربی و محمود صادقی جانبهان، «دین خاستگاه شادی های پایدار»، فصل نامه کتاب زنان، ش ۱۳.

۲- عبدالعظیم کریمی، تربیت طربناک، ص ۵۶.

شادی و موفقیت، تأثیری هم‌افزا بر یکدیگر دارند، همدیگر را تشدید می کنند. از همین روست که روان شناسان به ایجاد و تثبیت شادی در انسان سفارش بسیاری کرده‌اند. این همه، حکایت گر این حقیقت است که شادی، نیازی اساسی و ضروری است.

امروزه، تحقیقات مربوط به اعصاب و روان نشان داده است که یادگیری انسان و سامان دهی رفتار وی، در گرو نشاط و شادابی و هیجان های مثبت اوست. همچنین خلاقیت و شکوفایی استعدادها در پرتو نشاط و انبساط روحی انجام می شود. روان‌شناسان حالت شادی را نتیجه عمل هماهنگ، منسجم و سامان یافته همه عواطف یک فرد می دانند و معتقدند نشاط و آرامش روحی، زمینه های باروری خرد و اندیشه را به وجود می آورد و انسان را در فرآیند تفکر خلاق و مؤثر یاری می‌دهد.

آنان با ارزیابی و تحلیل زندگی نامه راهبه هایی که از سال ۱۹۳۲ م. وارد یکی از صومعه های امریکا شده اند، به رابطه معناداری میان مثبت اندیشی و عمر طولانی دست یافتند و نشان دادند عمر کسانی که روحیه شادتری دارند، طولانی تر است. به بیانی ساده تر، میزان مرگ و میر در گروه راهبه های غمگین، نسبت به راهبه‌های سرزنده، بیش از دو برابر بوده است. چنان که در صفحه های قبل نیز اشاره شد، علوم تجربی نیز ثابت کرده است افراد شاد در برابر بیماری ها، مقاوم ترند و آسیب های وارد بر بدنشان زودتر بهبود می یابد.

نشاط و انبساط روحی، یکی از متغیرهای موثر در شکل گیری شخصیت مثبت در کودکان و نوجوانان است و برعکس، نگرانی و تشویش خاطر، عامل مهمی در توقف استعدادهاست. در قرآن کریم، احادیث دینی، نوشته های اندیشمندان و اشعار شاعران، به ضرورت شادی و نشاط، تفریح

ص:۴۰

، گفت و شنود نکته های زیبا و نشاط انگیز و بهره بردن از لذت ها، توجه خاصی شده است، به گونه ای که بیان همه آنها می‌تواند موضوع کتاب دیگری در این باره باشد.

ب) جنبه اجتماعی

ب) جنبه اجتماعی

پی بردن به اهمیت شادی از جنبه اجتماعی، مبتنی بر شناخت مفهوم زندگی اجتماعی و ضرورت وجود شادی برای تحقق یک زندگی جمعی آرمانی است. اگر از اهمیت زندگی اجتماعی انسان و تأثیر آن در رشد فردی و جمعی جامعه آگاه باشیم، می‌توانیم بگوییم لازمه این رشد و تعالی، برخورداری جامعه از فضایی سالم، بانشاط، شاد و سرشار از سرزندگی و شور است؛ زیرا تنها در این فضاست که عواطف منفی بی اثر می ماند و عوامل بیماری زا در زندگی اجتماعی، برطرف و در نتیجه، تعالی و رشد انسان‌ها و جامعه در مسیر هدف های ترسیم شده آن ممکن می‌شود. در مقابل، غم و اندوه می‌تواند زندگی اجتماعی انسان را با مشکلات گسترده ای روبه رو سازد؛ مشکلاتی که تنها بخشی از آنها می‌تواند اساس زندگی جمعی انسان‌ها را تهدید کند.

هنگامی که به نهاد خانواده به عنوان نخستین، اصیل‌ترین و کوچک‌ترین واحد زندگی اجتماعی می نگریم و آن را بدون عنصر مهمی چون شادی و نشاط مطالعه می کنیم، به راحتی می‌توانیم به نقش حیاتی و انکارناپذیر شادی در زندگی اجتماعی پی ببریم. تصور اینکه در خانواده‌ای زندگی می‌کنیم که یا به صورت کلی، از این موهبت الهی، تهی است یا به صورت نسبی از آن بهره کمی دارد، دیوانه کننده است و می‌توان حدس زد خلأ آن چقدر می‌تواند زندگی جمعی ما را در نهادها، سازمان‌ها و گروه‌های دیگر اجتماعی با خطر روبه رو سازد.

ص:۴۱

ضرورت شادی و نشاط، حتی در برنامه ریزی های اقتصادی و اجتماعی کلان جامعه و دولت ها نیز خود حدیث مفصلی است که به مطالعات گسترده ای نیاز دارد. به راستی در اجرای سیاست‌های کلان و برنامه‌ریزی‌های کوتاه مدت، میان مدت و بلندمدت سیاسی، اجتماعی، فرهنگی و اقتصادی، چه اندازه به شادی و نشاط جامعه نیازمندیم و با وجود این عنصر حیاتی چه میزان در دست یابی به هدف های این برنامه‌ها کامرواتریم. بی شک، بر اساس حقایق وحیانی دینی و یافته‌های علمی، رابطه این دو متغیر، مستقیم است؛ یعنی هرچه میزان شادی و نشاط جامعه بیشتر باشد، میزان تحقق هدف های برنامه های کلان جامعه نیز بیشتر خواهد بود و البته تأثیر این دو بر یکدیگر متقابل است.

اگر همه افراد، نهادها، سازمان‌ها و دولت ها، به گسترش کمّی و کیفی شادی‌های مطلوب گروه های مختلف جامعه به‌ویژه خانواده ها توجه کنند، در رسیدن به هدف های مورد نظر خود موفق تر خواهند بود. در پرتو چنین برنامه هایی، شور و نشاط، عشق و امید به زندگی و طول عمر افزایش می یابد و زمینه های گسترش صفا و صمیمیت فراهم می شود. داشتن خانواده ای شاد سبب می شود فرزندان شاداب و بانشاط پرورش یابند. جامعه‌ای که از افراد شاد تشکیل شده است، دارای فضایی شاداب، بانشاط و باطراوت است و برای هرگونه پیشرفت و تعالی مادی و معنوی مهیاست.

بر اساس گزارش فوربس از نتایج یک نظرسنجی، کشور ما از نظر شادی در میان ۱۵۵ کشور جهان، رتبه ۸۱ را به خود اختصاص داده است. بر این اساس، ۱۹ درصد مردم ایران از زندگی خود رضایت کامل داشته، ۶۶ درصد زندگی خود را در حد متوسط دانسته و ۱۵ درصد هم از سخت بودن زندگی خود سخن گفته اند. طبق این نظرسنجی که در سال های ۲۰۰۵ تا ۲۰۰۹

میلادی انجام شده است، کشور دانمارک، شادترین کشور جهان است، به گونه ای که ۸۲ درصد مردم این کشور از زندگی خود رضایت کامل دارند. کشورهای فنلاند، نروژ، سوئد، هلند، کارستاریکا، نیوزیلند، کانادا و استرالیا در رتبه های بعدی قرار دارند.(۱)حال با این بررسی، آیا می توان گفت ما از نظر اجتماعی در جایگاه مناسبی قرار داریم؟

دکتر امان الله قرایی مقدم(۲) معتقد است شاد کردن و شاد بودن جامعه سبب می شود بسیاری از مسائل و آسیب های اجتماعی، مانند جرم و جنایت و بزهکاری، طلاق، نابسامانی خانواده و ناهنجاری‌های اجتماعی دیگر رخ ندهد یا به حداقل ممکن کاهش یابد، اختلال های روحی در جامعه کمتر شود و میزان رغبت تحصیلی و انگیزه برای کار و تولید افزایش یابد. به اعتقاد وی، شادی، نیاز اساسی انسان است، به گونه ای که اگر افراد در جامعه خود نتوانند این نیاز را برآورده کنند، به جوامع دیگر روی می آورند، در نتیجه، از فرهنگ ملی خود دور می شوند و به تدریج، فرهنگ و ارزش های وارداتی در جامعه رواج می یابد و جامعه دچار مسخ فرهنگی می شود.(۳)

با دقت در احوال انسان های شاد و ناشاد درمی یابیم اندوه مادی، کالایی شیطانی و شادی، هدیه‌ای رحمانی است. از ابتدای تمدن بشر، غم و اندوه مایه توقف و شادی و نشاط عامل تحرک و نظم بوده است. به صورت فطری، انسان از اندوه، غم و تاریکی می گریزد و به شادی و نور پناه می برد، به گونه ای که شاد زیستن، آرزوی دیرینه آدمی است. دنیایی بدون غم، خشم و جنگ و سرشار از مهربانی و شادی، آرزویی است که ریشه در خلقت و

۱- سایت خبری _ تحلیلی وطن: www.watan.ir.

۲- عضو هیئت علمی دانشگاه تربیت معلم تهران.

۳- نک: «جامعه شناسی شادی»، روزنامه همشهری، ۳۰/۱۰/۱۳۸۴.

نهـاد آدمی دارد؛ آرزویی که مقـدمه چیرگی بر همه ناکـامی هـاست. شـادی، این معجزه درونی، گره گشـای بسـیاری از رنج هاست. در میراث کهن ملی و دینی ما ایرانیان، شادی، پدیده ای الهی به شمار می آید.

«روپرت شلدریک،(۱) زیست شناس مشهور، در کتاب علم جدید حیات، فلسفه جدیدی را مطرح کرد که ثابت می کند شیوه تفکر مـا نه تنهـا بر اوضـاع و احوال خود مـا، که بر همه اذهـان انسان ها در سراسـر جهان تأثیر می گـذارد. وی که برای اثبات نظریه اش از شواهـد علمی و تجربه هـای بسـیاری کمک گرفته، معتقـد است: حافظه و شـعور انسان تنها در مغزش ذخیره نمی شود، بلکه چیزی به نام «شعور جمعی»(۲) نیز وجود دارد که انسان ها به وسیله نیروی خاص با هم در ارتباطند».(۳)

برطرف کردن غم و انـدوه و به وجود آمدن روحیه ای شاد برای خانواده و جامعه از جنبه دیگری هم ضـرورت می یابد و آن، اینکه غم و شادی انسان فقط مربوط به خود او نیست، بلکه با شاد یا غمگین شـدن یک نفر، دیگران نیز تأثیر می پذیرند؛ یعنی غم یا شادی هر فرد در حوزه رفتار فرد باقی نمی مانـد، بلکه این غم یا شادی از حوزه تأثیر فردی فراتر می‌رود و به دیگران هم سرایت می کنـد. به همین دلیـل، از حوزه مسائل فردی خارج می شود و حتی می توان در حقوق و اخلاق اجتماعی نیز درباره آن بحث کرد و آن را جزو وظایف یا حقوق اجتماعی برشمرد.

اگر از دیـدگاه سازمـانی و مـدیریتی نیز به این موضوع بیندیشـیم، خواهیم دیـد که ضـرورت شـادی از این منظر نیز کم نیست. دکتر بهادری نژاد می گوید:

۱- Rupert Scheldrake.

۲- Collective Cinsiousness.

۳- ابوالفضل طریقه‌دار، شرع و شادی، ص ۲۵.

من معتقدم پیشرفت علمی، صنعتی و اقتصادی جوامع، مرهون وجود سه خصلت صداقت (در گفتار، کردار و رفتار)، مراعات حقوق دیگران و پشتکار است. بنابراین، اگر می خواهیم سالم باشیم و پیشرفت کنیم، باید شاد باشیم. در شغل و خدمتی که در پیش گرفته ایم، سعی کنیم هرگز به ثروت و شهرت نیندیشیم و بدون چشم داشت و بی‌ریا و در کمال عشق و محبت خدمت کنیم و اگر این خدمت، ثروت و شهرتی را برایمان به ارمغان آورد، به آن دل نبندیم، بلکه از آن برای خدمت مؤثرتر و بیشتر استفاده کنیم. وقتی به مشکلی برمی‌خوریم، افکار منفی به خود راه ندهیم و کلمات منفی بر زبان جاری نکنیم، بلکه سعی کنیم تا مشکل را برطرف سازیم. به‌طورکلی، دانشگاه زندگی برای فراگیری درس مهمی برای ما تأسیس شده است و آن درس مهم آن است که بیاموزیم و درک کنیم که هرکدام از ما تجلی زیبا و منحصر به فردی از خداوند هستیم و بپذیریم که هریک از ما نقش بسیار مهمی را در نمایشنامه زیبا و پرهیجان خلقت بازی می کنیم.(۱)

۳. اهمیت و جایگاه شادی و نشاط در آموزه های دینی

اشاره

۳. اهمیت و جایگاه شادی و نشاط در آموزه های دینی

در همه ادیان الهی یا بشری، شادی و نشاط جایگاه خاصی دارد. اندکی درنگ در تعالیم، آداب، اعمال و آموزه‌های ادیان، این نکته را روشن می‌سازد که در همه این ادیان، دستورها و سفارش‌هایی برای شادی و نشاط بشر در زندگی مادی بیان شده است. گرچه در این ادیان یا مکتب ها، مصداق‌های شادی با هم تفاوت‌های اندک یا بسیاری داشته است و دارد، ولی هیچ یک در این نکته تردید نداشته اند و ندارند که شادی لازمه زندگی، محرک انسان در دست یابی به هدف های دینی و غیر دینی و عاملی برای ارتقای مادی و معنوی او به شمار می‌رود.

۱- مهدی بهادری‌نژاد، «مدیریت با تکیه بر معنویت»، گردآورنده: خدیجه کاظمی، مجله تدبیر، مهر ۱۳۸۳، ش ۱۴۹، ص ۸۰.

«دین اسلام که به همه شئون حیاتی انسان ژرف نگریسته و متناسب با نیازهای واقعی و تعالی هرچه بیشتر او برنامه هایی ارائه کرده است، شادی و نشاط و عوامل نشاط انگیز را که لازمه یک زندگی موفق است، به انسان معرفی و توصیه می کند. در دستورهای آسمانی اسلام، نکته های ارزشمندی در خصوص ایجاد شادی و نشاط آمده است. این شادی ها گاهی برای خود آدمی است و زمانی برای دیگران. آن همه سفارش که برای تبسم به دیگران ذکر شده و سفارش هایی که برای پوشیدن لباس های شاد و روشن، بوی خوش، نظافت و نظم و پاکیزگی، مسافرت و تفریح، حضور در طبیعت و نگریستن به سبزه و آب، مهربانی و محبت، زدودن کینه و حسد، شوخی و مزاح و خلاصه ایجاد سرور در قلب مردم شده است، همه برای ایجاد فضای شادی و راندن غم و اندوه و در نتیجه تجدید قوا برای ادامه حرکت تکاملی انسان است».(۱)

به طور کلی، درباره اهمیت شور، نشاط و سرور و جایگاه آن در تعالیم اسلامی، همین بس که در بسیاری از آیات قرآن به این مهم اشاره شده و روایات بسیاری از پیامبر گرامی اسلام و ائمه معصوم علیهم السلام درباره این موضوع به جای مانده است که بیانگر اهمیت و توجه آن بزرگواران به این ضرورت زندگی و حیات مادی بشر است، شمار بسیار این روایت ها سبب شده است حتی در برخی کتاب های روایی مانند اصول کافی، یکی از فصول آن به باب «ادخال سرور» اختصاص داده شود که در جای خود، به اندازه توان این نوشته، به آنها اشاره خواهیم کرد. در اینجا با نگاهی بسیار کوتاه به برخی ادیان مهم الهی، موضوع شادی و نشاط را در آنها بررسی می‌کنیم. سپس به بررسی اهمیت و جایگاه این مهم در دین مبین اسلام خواهیم پرداخت.

۱- شرع و شادی، ص ۲۰.

الف) جایگاه غم و شادی در کتاب های آسمانی

الف) جایگاه غم و شادی در کتاب های آسمانی

شادی امری غریزی و طبیعی است و مسلّم است که همه ادیان به نکته هایی در این باره پرداخته اند. البته چنانچه بخواهیم همه این موارد را بیان کنیم، از هدف اصلی این کتاب دور خواهیم شد. بنابراین، تنها به چند مورد از کتاب های مقدس معروف بسنده می کنیم.

«در کتاب زبور حضرت داود علیه السلام می‌خوانیم: غم‌های شدید بسیار است، اما هرکه به خداوند توکل دارد، رحمت او را احاطه خواهد کرد. ای صالحان! در خداوند شادی و وجد کنید و ای همه راست دلان ترنم کنید، جان منتظر خداوند می‌باشد؛ او اعانت و سپر ماست؛ زیرا که دل ما در او شادی می کند و در نام قدس او توکل داریم. ای خداوند رحمت تو بر ما باد».(۱)

همچنین در جایی دیگر از این کتاب مقدس آمده است: «ای ساکنان روی زمین، در حضور خداوند فریاد شادمانی سر دهید! خداوند را با شادی عبادت کنید و سرودخوانان به حضور او بیایید. بدانید که او خداست».(۲)

«در انجیل می‌خوانیم: ای برادران مسیحی، من شما را خیلی دوست دارم و دلم برای شما تنگ شده؛ چون شادی من و پاداش زحمات من هستید. عزیزان! به خدا وفادار بمانید و همیشه در راه خداوند شاد باشید».

«ضمن آنکه زرتشت خود را پیامبر شادی می خواند و حتی می گوید: شادی و خشنودی را می ستایم،(۳) در اوستا می‌خوانیم: ای فردا، مرا از بهترین کردارها و گفتارها بیاگاهان و مرا با توانایی خود از آن ستایش که باغ بندگان است، آگاه ساز تا زندگی به خواست شما شاد و خرم و تازه گردد».(۴)

ص:۴۷

۱- مهدی یاراحمدی خراسانی، «جایگاه غم و شادی در کتب آسمانی»، سایت مدیر یار، بازدید: ۵/۲/۱۳۸۸؛ http://www.modiryar.com.

۲- عهد عتیق، کتاب مزامیر، مزمور ۱۰۰، بندهای ۱_ ۳.

۳- فاروق صفی زاده، «شادی و نشاط رمز موفقیت در ایران باستان»، ارتباط موفق، تیر ۱۳۸۵، ش ۲، ص ۲۸.

۴- «جایگاه غم و شادی در کتب آسمانی»، سایت مدیر یار، بازدید: ۵/۲/۱۳۸۸؛ http://www.modiryar.com.

همچنین بودا پیامی بسیار مهم درباره شادی دارد؛ او می گوید: «اشک های دیگران را به نگاه های پر از شادی بدل کردن، بهترین خوشبختی هاست».(۱)

ب) شادی در قرآن

اشاره

ب) شادی در قرآن

قرآن به عنوان مهم‌ترین منبع و قطعی‌ترین کتاب آسمانی در صدور، که بدون تحریف در اختیار بشر قرار دارد، به صورت جدّی بر موضوع شادی و نشاط، تأکید دارد. شاید بررسی این موضوع در قرآن از دیدگاه های مختلفی ممکن باشد که آن را به اهل و زمان خود وا می‌گذاریم، ولی به دلیل رویکرد دینی این اثر به کلی‌ترین وجه ممکن، به برخی آیات وارد شده درباره این موضوع و نگرش قرآن به آن می پردازیم.

در مجموع، مفهوم شادی ۳۵ بار در قرآن آمده است. در برخی این آیات، مؤمنان به شادی و خوش حالی دعوت شده اند، در بعضی دیگر از آیات، کسانی به دلیل شرایط روحی خود و انگیزه خاص در شادمانی، نکوهش یا از آن منع شده اند؛ که ابتدا به این آیات اشاره می‌کنیم:

۱. «إِن تُصِبْکَ حَسَنَه تَسُؤْهُمْ وَ إِن تُصِبْکَ مُصِیبَه یَقُولُواْ قَدْ أَخَذْنَا أَمْرَنَا مِن قَبْلُ وَیَتَوَلَّواْ وَّ هُمْ فَرِحُونَ؛ اگر نیکی به تو رسد، آنان را بدحال می سازد و اگر پیشامد ناگواری به تو رسد، می گویند ما پیش از این تصمیم خود را گرفته ایم و شادمان روی برمی تابند». (توبه: ۵۰)

۲. «فَرِحَ الْمُخَلَّفُونَ بِمَقْعَدِهِمْ خِلَافَ رَسُولِ اللّهِ وَ کَرِهُواْ أَن یُجَاهِدُواْ بِأَمْوَالِهِمْ وَ أَنفُسِهِمْ فِی سَبِیلِ اللّهِ وَ قَالُواْ لاَتَنفِرُواْ فِی الْحَرِّ قُلْ نَارُ جَهَنَّمَ أَشَدُّ حَرًّا لَّوْ کَانُوا یَفْقَهُونَ؛ برجای ماندگان به [خانه] نشستن خود پس از رسول خدا صلی الله علیه و آله شادمان شدند و از اینکه با مال و جان خود در راه خدا جهاد کنند، کراهت داشتند و گفتند در این گرما بیرون نروید. بگو اگر دریابند، آتش جهنم، سوزان تر است». (توبه: ۸۰)

۱- همان.

۳. «فَإِنْ أَعْرَضُوا فَمَا أَرْسَلْنَاكَ عَلَيْهِمْ حَفِيظًا إِنْ عَلَيْكَ إِلَّا الْبَلَاغُ وَ إِنَّا إِذَا أَذَقْنَا الْإِنسَانَ مِنَّا رَحْمَه فَرِحَ بِهَا وَ إِن تُصِبْهُمْ سَيِّئَه بِمَا قَدَّمَتْ أَيْدِيهِمْ فَإِنَّ الْإِنسَانَ كَفُورٌ؛ پس اگر روی برتابند، ما تو را بر آنان نگهبان نفرستاده ایم؛ بر عهده تو جز رسانیدن [پیام] نیست و ما چون رحمتی از جانب خود به انسان بچشانیم، بدان شاد و سرمست گردد و چون به [سزای] دستاورد پیشین آنها به آنان بدی رسد، انسان ناسپاسی می کند». (شورا:۴۸)

۴. «إِن تَمْسَسْكُمْ حَسَنَه تَسُؤْهُمْ وَ إِن تُصِبْكُمْ سَيِّئَه يَفْرَحُواْ بِهَا وَ إِن تَصْبِرُواْ وَ تَتَّقُواْ لاَيَضُرُّكُمْ كَيْدُهُمْ شَيْئًا إِنَّ اللّهَ بِمَا يَعْمَلُونَ مُحِيطٌ؛ اگر برای شما مسلمانان را خوش حالی پیش آید، از آن بدحال و غمگین شوند و اگر به شما حادثه ناگواری رسد، بدان خوش حال گردند». (آل عمران: ۱۲۰)

۵. «فَرِحِينَ بِمَا آتَاهُمُ اللّهُ مِن فَضْلِهِ وَ يَسْتَبْشِرُونَ بِالَّذِينَ لَمْ يَلْحَقُواْ بِهِم مِّنْ خَلْفِهِمْ أَلاَّ خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلاَ هُمْ يَحْزَنُونَ؛ به آنچه خدا از فضل خود به آنان داده است، شادمانند و برای کسانی که از پی ایشانند و هنوز به آنان نپیوسته اند، شادی می کنند که نه بیمی بر ایشان است و نه اندوهگین می شوند». (آل عمران: ۱۷۰)

۶. «لاَتَحْسَبَنَّ الَّذِينَ يَفْرَحُونَ بِمَا أَتَواْ وَّ يُحِبُّونَ أَن يُحْمَدُواْ بِمَا لَمْ يَفْعَلُواْ فَلاَ تَحْسَبَنَّهُمْ بِمَفَازَه مِّنَ الْعَذَابِ وَ لَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ؛ البته گمان مبر کسانی که بدانچه کرده اند، شادمانی می کنند و دوست دارند به آنچه نکرده اند، مورد ستایش قرار گیرند، قطعاً گمان مبر که برای آنان، نجاتی از عذاب است [بلکه] عذابی دردناک خواهند داشت». (آل عمران: ۱۸۸)

۷. «فَلَمَّا نَسُواْ مَا ذُكِّرُواْ بِهِ فَتَحْنَا عَلَيْهِمْ أَبْوَابَ كُلِّ شَيْءٍ حَتَّى إِذَا فَرِحُواْ بِمَا أُوتُواْ أَخَذْنَاهُم بَغْتَه فَإِذَا هُم مُّبْلِسُونَ؛ پس چون آنچه را بدان پند داده شده بودند، فراموش کردند، درهای هر چیزی [از نعمت ها] را بر آنان گشودیم تا هنگامی که به آنچه داده شده بودند، شاد گردیدند، ناگهان [گریبان] آنان را گرفتیم و یک باره نومید شدند». (انعام: ۴۴)

ص:۴۹

۸. «وَ مِنْهُم مَّن یَلْمِزُکَ فِی الصَّدَقَاتِ فَإِنْ أَعْطُواْ مِنْهَا رَضُواْ وَ إِن لَّمْ یُعْطَوْاْ مِنهَا إِذَا هُمْ یَسْخَطُونَ؛ برخی از آنان در [تقسیم] صدقات بر تو خرده می گیرند. پس اگر از آن [اموال] به ایشان داده شود، خشنود می گردند و اگر از آن به ایشان داده نشود، به ناگاه به خشم می آیند». (توبه: ۵۸)

۹. «اللّهُ یَبْسُطُ الرِّزْقَ لِمَنْ یَشَاءُ وَ یَقَدِرُ وَ فَرِحُواْ بِالْحَیَاه الدُّنْیَا وَ مَا الْحَیَاه الدُّنْیَا فِی الآخِرَه إِلاَّ مَتَاعٌ؛ خدا، روزی را برای هر که بخواهد، گشاده یا تنگ می گرداند، و[لی آنان] به زندگی دنیا شاد شده اند و زندگی دنیا در [برابر] آخرت جز بهره ای [ناچیز] نیست». (رعد: ۲۶)

۱۰. «فِی بِضْعِ سِنِینَ لِلَّهِ الْأَمْرُ مِن قَبْلُ وَ مِن بَعْدُ وَ یَوْمَئِذٍ یَفْرَحُ الْمُؤْمِنُونَ؛ [فرجام] کار در گذشته و آینده از آن خداست و در آن روز است که مؤمنان از یاری خدا شاد می گردند». (روم: ۴)

۱۱. «مِنَ الَّذِینَ فَرَّقُوا دِینَهُمْ وَ کَانُوا شِیَعًا کُلُّ حِزْبٍ بِمَا لَدَیْهِمْ فَرِحُونَ؛ از کسانی که دین خود را قطعه قطعه کردند و فرقه فرقه شدند، هر حزبی بدانچه پیش آنهاست، دل خوش شدند». (روم: ۳۲)

۱۲. «وَ إِذَا أَذَقْنَا النَّاسَ رَحْمَه فَرِحُوا بِهَا وَ إِن تُصِبْهُمْ سَیِّئَه بِمَا قَدَّمَتْ أَیْدِیهِمْ إِذَا هُمْ یَقْنَطُونَ؛ و چون مردم را رحمتی بچشانیم، بدان شاد می گردند و چون به [سزای] آنچه دستاورد گذشته آنان است، صدمه ای به ایشان برسد، به ناگاه نومید می شوند». (روم: ۳۶)

۱۳. «فَلَمَّا جَاءتْهُمْ رُسُلُهُم بِالْبَیِّنَاتِ فَرِحُوا بِمَا عِندَهُم مِّنَ الْعِلْمِ وَ حَاقَ بِهِم مَّا کَانُوا بِهِ یَسْتَهْزِئُون؛ و چون پیامبرانشان دلایل آشکار برایشان آوردند، به آن چیز [مختصری] از دانش که نزدشان بود، خرسند شدند و [سرانجام] آنچه به ریشخند می گرفتند، آنان را فروگرفت». (غافر: ۸۳)

۱۴. «فَتَقَطَّعُوا أَمْرَهُم بَیْنَهُمْ زُبُرًا کُلُّ حِزْبٍ بِمَا لَدَیْهِمْ فَرِحُونَ؛ تا کار [دین] شان را میان خود قطعه قطعه کردند [و] دسته دسته شدند، هر دسته ای به آنچه نزدشان بود، دل خوش کردند». (مؤمنون: ۵۳)

۱۵. «إِنَّ قَارُونَ كَانَ مِن قَوْمِ مُوسَى فَبَغَى عَلَيْهِمْ وَآتَيْنَاهُ مِنَ الْكُنُوزِ مَا إِنَّ مَفَاتِحَهُ لَتَنُوءُ بِالْعُصْبَه أُولِی الْقُوَّه إِذْ قَالَ لَهُ قَوْمُهُ لَاتَفْرَحْ إِنَّ اللَّهَ لَایُحِبُّ الْفَرِحِینَ؛ قارون از قوم موسی بود و بر آنان ستم کرد و از گنجینه ها آن قدر به او داده بودیم که کلیدهای آنها بر گروه نیرومندی سنگین می آمد، آن گاه که قوم وی بدو گفتند شادی مکن که خدا شادی کنندگان را دوست نمی دارد». (قصص: ۷۶)

۱۶. «لِکَیْلَا تَأْسَوْا عَلَى مَا فَاتَكُمْ وَ لَاتَفْرَحُوا بِمَا آتَاکُمْ وَ اللَّهُ لَایُحِبُّ کُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ؛ تا بر آنچه از دست شما رفته است، اندوهگین نشوید و به [سبب] آنچه به شما داده است، شادمانی نکنید و خدا هیچ خودپسند فخرفروشی را دوست ندارد». (حدید: ۲۳)

۱۷. «قَالُواْ ادْعُ لَنَا رَبَّكَ يُبَيِّن لَّنَا مَا لَوْنُهَا قَالَ إِنَّهُ يَقُولُ إِنّهَا بَقَرَه صَفْرَاء فَاقِعٌ لَّوْنُهَا تَسُرُّ النَّاظِرِینَ؛ گفتند از پروردگارت بخواه تا بر ما روشن کند که رنگش چگونه است، گفت: وی می فرماید: آن ماده گاوی است زرد یک دست و خالص که رنگش بینندگان را شاد می کند». (بقره: ۶۹)

اینک به آیاتی می پردازیم که شادی را در دنیا مطرح می کند.

یک _ ستایش شادی

یک _ ستایش شادی

فِی بِضْعِ سِنِینَ لِلَّهِ الْأَمْرُ مِن قَبْلُ وَ مِن بَعْدُ وَ يَوْمَئِذٍ يَفْرَحُ الْمُؤْمِنُونَ * بِنَصْرِ اللَّهِ يَنصُرُ مَن يَشَاءُ وَ هُوَ الْعَزِيزُ الرَّحِيمُ؛ [فرجام] کار در گذشته و آینده از آن خداست و در آن روز است که مؤمنان از یاری خدا شاد می شوند. هرکه را بخواهد، یاری می کند و اوست شکست ناپذیر مهربان». (روم: ۴ و ۵)

«قرآن در آن شرایط سخت [نبرد رومیان و ایرانیان] که شکست بر رومیان تحمیل گردیده و ایرانیان مست پیروزی بودند و شرک‌گرایان عرب نیز از شکست مسیحیان و پیروزی کفرگرایان شادمانی می‌کردند، به یک پیش گویی شگفت‌انگیز دست زد و به صراحت پیش گویی فرمود که در همین چند سال آینده، شرایط دگرگون [می شود] و شکست و پیروزی جای خود را عوض

ص:۵۱

می کنـد. بنابراین، پیروزی رومیان برابر ایرانیان، عامل سـرور و شادمانی مؤمنان عصـر بعثت شـد: (یَوْمَئِذٍ یَفْرَحُ الْمُؤْمِنُونَ) و این شادمانی به چند دلیل بود:

سپاه کفر در هم شکسته می شود.

شاخ و شانه شرک گرایان مکه شکسته می شود.

پیش گویی معجزه آسای قرآن و پیامبر که سندی از اسناد آسمانی بودن قرآن و رسالت اوست، تحقق می‌یابد».(۱)

از آیات دیگری که شادی در دنیا را مطرح می کند آیه سوره قصـص هست که می فرماید: «فَرَدَدْنَاهُ إِلَی أُمِّهِ کَیْ تَقَرَّ عَیْنُهَا وَ لَا تَحْزَنَ وَ لِتَعْلَمَ أَنَّ وَعْدَ اللَّهِ حَقٌّ وَلَکِنَّ أَکْثَرَهُمْ لَایَعْلَمُونَ؛ پس او را به مادرش بازگردانیـدیم تا چشـمش [بدو] روشن شود و غم نخورد و بداند که وعده خدا درست است، ولی بیشترشان نمی دانند». (قصص: ۱۳)

پس از اینکه مادر حضرت موسی علیه السلام ، فرزند خود را به دریا انداخت، نگران و ناراحت بود. این آیه، به این اشاره دارد که خداونـد با بازگردانـدن حضـرت موسـی علیه السـلام به مادرش، او را شاد گردانـد. جمله «لاتحزن: ناراحت نباش» اشاره به همین شادی دارد.

«وَ إِذَا مَا أُنزِلَتْ سُورَه فَمِنْهُم مَّن یَقُولُ أَیُّکُمْ زَادَتْهُ هَـذِهِ إِیمَانًا فَأَمَّا الَّذِینَ آمَنُواْ فَزَادَتْهُمْ إِیمَانًا وَ هُمْ یَسْتَبْشِرُونَ؛ و چون سوره ای نـازل شود، از میـان آنان کسـی است که می گویـد این [سوره]، ایمان کـدام یک از شـما را افزود، اما کسانی که ایمان آورده اند، بر ایمانشان می افزاید و آنان شادمانی می کنند». (توبه: ۱۲۴)

در قسـمت نخست آیه، حال منافقان را هنگام نزول سوره‌ای از سوی خداوند بیان می‌کند، ولی در قسـمت دوم، حال مؤمنان را وصف می کنـد که از نزول این سوره شادمان می شونـد و به یکـدیگر مژده می‌دهنـد که این احساس شادمانی و نشاط روحی پس از شنیدن آیات قرآن، نشانه تکامل و ازدیاد ایمان است.

ص:۵۲

۱- علی کرمی، ترجمه مجمع البیان، ج ۲۱ و ۲۲، صص ۸۲ _ ۸۴.

«وَ الَّذِینَ آتَیْنَاهُمُ الْکِتَابَ یَفْرَحُونَ بِمَا أُنزِلَ إِلَیْکَ وَمِنَ الأَحْزَابِ مَن یُنکِرُ بَعْضَهُ قُلْ إِنَّمَا أُمِرْتُ أَنْ أَعْبُدَ اللّهَ وَ لا أُشْرِکَ بِهِ إِلَیْهِ أَدْعُو وَ إِلَیْهِ مَآبِ؛ و کسانی که به آنان کتاب [آسمانی] داده ایم، از آنچه به سوی تو نازل شده [است]، شاد می شوند و برخی از دسته ها کسانی هستند که بخشی از آن را انکار می کنند. بگو جز این نیست که من مأمورم خدا را بپرستم و به او شرک نورزم. به سوی او می خوانم و بازگشتم به سوی اوست». (رعد: ۳۶)

دو_ نکوهش شادی

دو_ نکوهش شادی

در اینجا به بیان آیاتی می‌پردازیم که شادی را نکوهش می کنند:

«لاَ تَحْسَبَنَّ الَّذِینَ یَفْرَحُونَ بِمَا أَتَواْ وَ یُحِبُّونَ أَن یُحْمَدُواْ بِمَا لَمْ یَفْعَلُواْ فَلاَ تَحْسَبَنَّهُمْ بِمَفَازَه مِّنَ الْعَذَابِ وَ لَهُمْ عَذَابٌ أَلِیمٌ؛ البته گمان مبر کسانی که بدانچه کرده اند، شادمانی می کنند و دوست دارند به آنچه نکرده اند، مورد ستایش قرار گیرند، قطعا گمان مبر که برای آنان، نجاتی از عذاب است، [بلکه] عذابی دردناک خواهند داشت». (آل عمران: ۱۸۸)

مفسران، شأن نزول های متعددی برای این آیه نقل کرده اند، از جمله اینکه جمعی از یهود هنگامی که آیات کتب آسمانی خود را تحریف می کردند و به گمان خود، از این رهگذر نتیجه می گرفتند، از این عمل خود بسیار شاد و مسرور بودند و دوست داشتند که مردم آنها را دانشمند و حامی دین بدانند که این آیه نازل شد و به پندار آنها پاسخ گفت.(۱)

بعضی دیگر گفته اند: آیه درباره منافقان است. هنگامی که یکی از جنگ های اسلامی پیش آمد، آنها با انواع بهانه ها از شرکت در میدان جنگ خودداری می کردند و هنگامی که جنگ جویان از جهاد برمی گشتند، قسم یاد می کردند که اگر عذر نمی داشتند، هرگز جهاد را ترک نمی گفتند و با این

۱- همان، ج ۳، ص ۲۰۸.

حال، انتظار داشتند که در برابر کار نکرده مانند مجاهدان فداکار، مورد تحسین قرار گیرند. آیه یاد شده به این توقع نابجا پاسخ گفت.(۱)

«فَرِحَ الْمُخَلَّفُونَ بِمَقْعَدِهِمْ خِلاَفَ رَسُولِ اللّهِ وَ كَرِهُواْ أَن يُجَاهِدُواْ بِأَمْوَالِهِمْ وَ أَنفُسِهِمْ فِى سَبِيلِ اللّهِ وَ قَالُواْ لاَتَنفِرُواْ فِى الْحَرِّ قُلْ نَارُ جَهَنَّمَ أَشَدُّ حَرًّا لَّوْ كَانُوا يَفْقَهُونَ فَلْيَضْحَكُواْ قَلِيلًا وَ لْيَبْكُواْ كَثِيرًا جَزَاء بِمَا كَانُواْ يَكْسِبُونَ؛ برجای ماندگان به [خانه] نشستن خود پس از رسول خدا شادمان شدند و از اینکه با مال و جان خود در راه خدا جهاد کنند، کراهت داشتند و گفتند در این گرما بیرون نروید. بگو: اگر دریابند آتش جهنم، سوزان تر است، از این پس، کم بخندند و به جزای آنچه به دست می آوردند، بسیار بگریند». (توبه: ۸۱ و ۸۲)

«از این آیه استفاده می شود که افراد زشت کار دو دسته‌اند: دسته‌ای به راستی از عمل خود شرمنده‌اند و روی طغیان غرایز، مرتکب گناهان می شوند، ولی دسته دیگری هستند که نه تنها احساس شرمندگی نمی‌کنند، بلکه به‌قدری مغرور و از خود راضی هستند که از اعمال زشت خود خوش حالند و حتی به آن مباهات می کنند و از آن بالاتر، مایل هستند که مردم آنها را نسبت به اعمال نیکی که هرگز انجام نداده اند، مدح کنند.

همچنین استفاده می‌شود که فرح و سرور در برابر کار نیکی که انسان توفیق انجام آن را یافته [است] (اگر به‌صورت معتدل باشد و مایه غرور نشود)، نکوهیده نیست.

بازماندگان (از جنگ تبوک) از مخالفت با رسول خدا صلی الله علیه و آله خوش حال شدند و کراهت داشتند که با اموال و جان های خود در راه خدا جهاد کنند و گفتند: در این گرما حرکت نکنید. بگو آتش دوزخ از این هم گرم تر است، اگر می دانستید! ازاین رو، آنها باید کمتر بخندند و بسیار بگریند؛ (چرا که آتش جهنم در انتظارشان است). این جزای کارهایی است که انجام می دادند.

۱- همان، ص ۲۰۹.

این آیات نیز حال منافقان را بیان می‌کند که از مخالفت با رسول خدا صلی الله علیه و آله خوش حال شدند و کوشش داشتند دیگران را نیز دل سرد یا منصرف سازند و گفتند: در این گرمای سوزان تابستان به سوی میدان نبرد حرکت نکنید.

آنها به گمان اینکه با تخلف از جهاد و دل سرد کردن بعضی مجاهدین به هدفی رسیده‌اند، قهقهه سرمی‌دهند و بسیار می‌خندند، ولی قرآن به آنها اخطار می‌دهد که باید کم بخندند و بسیار بگریند؛ گریه برای آینده تاریکی که در پیش دارند، گریه برای مجازات های دردناکی که در انتظار آنهاست، گریه برای اینکه همه پل‌های بازگشت را پشت سر خود ویران کرده‌اند.

منظور آیه این است که این گروه باید در این جهان کم بخندند و بیشتر گریه کنند؛ زیرا مجازات‌های دردناکی در پیش دارند».(۱)

«فَلَمَّا نَسُواْ مَا ذُكِّرُواْ بِهِ فَتَحْنَا عَلَيْهِمْ أَبْوَابَ كُلِّ شَيْءٍ حَتَّى إِذَا فَرِحُواْ بِمَا أُوتُواْ أَخَذْنَاهُم بَغْتَه فَإِذَا هُم مُّبْلِسُونَ؛ پس چون آنچه را بدان پند داده شده بودند، فراموش کردند، درهای هر چیزی [از نعمت ها] را بر آنان گشودیم تا هنگامی که به آنچه داده شده بودند، شاد گردیدند، ناگهان [گریبان] آنان را گرفتیم و یک‌باره نومید شدند». (انعام: ۴۴)

در آیات پیشین، قرآن برای بیدار ساختن مشرکان، آنها را به گذشته می برد و حالت های امت های گمراه را بیان می کند که چگونه همه عوامل تربیت و بیداری برای آنها به‌کار گرفته شد، ولی مؤثر نبود. در این آیه می فرماید: هنگامی‌که سخت گیری‌ها و گوشمالی‌ها در آنها مؤثر نیفتاد، از راه لطف و محبت وارد شدیم و به هنگامی‌که درس‌های نخست را فراموش کردند، درس دوم را برای آنها آغاز کردیم و درهای انواع نعمت‌ها را بر آنها گشودیم، شاید بیدار شوند. در واقع، این همه نعمت خاصیت دو جانبه داشت؛ هم ابراز محبتی برای بیداری بود و هم مقدمه‌ای برای عذابی دردناک

۱- همان، ج ۸، ص ۶۴.

در صورتی‌که بیـدار نشونـد. ازاین رو، می‌گوید آن‌قدر به آنها نعمت دادیم تا کاملاً خوش حال شدند، ولی بیدار نشدند، پس ناگاه آنها را گرفتیم و مجازات کردیم و همه درهای امید به روی آنها بسته شد. در حقیقت، باید گفت این نوع شادی، شادی کاذب و دروغین است.

«إِنَّ قَارُونَ كَانَ مِن قَوْمِ مُوسَـىٰ فَبَغَى عَلَيْهِمْ وَ آتَيْنَاهُ مِنَ الْكُنُوزِ مَا إِنَّ مَفَاتِحَهُ لَتَنُوءُ بِالْعُصْبَه أُولِى الْقُوَّه إِذْ قَالَ لَهُ قَوْمُهُ لَاتَفْرَحْ إِنَّ اللَّهَ لَايُحِبُّ الْفَرِحِينَ؛ قارون از قوم موسی بود و بر آنان ستم کرد و از گنجینه ها آن قدر به او داده بودیم که کلیدهای آنها بر گروه نیرومندی سنگین می آمد. آن گاه که قوم وی بدو گفتند: شادی مکن که خدا شادی کنندگان را دوست نمی دارد». (قصص: ۷۶)

این آیه، سرگذشت قارون را بیان می‌کند که نخست در صف مؤمنان بود، ولی غرور ثروت، او را به آغوش کفر کشید. بنی اسرائیل به او گفتند: این همه خوش حالی آمیخته با غرور و غفلت و تکبر نداشته باش که خدا شادی کنندگان مغرور را دوست ندارد.

«وَ لاَتَكُونُواْ كَالَّذِينَ خَرَجُواْ مِن دِيَارِهِم بَطَرًا وَرِئَاء النَّاسِ وَ يَصُدُّونَ عَن سَبِيلِ اللّهِ وَ اللّهُ بِمَا يَعْمَلُونَ مُحِيطٌ؛ و مانند کسانی مباشید که از خانه هایشان با حالت سرمستی و به صرف نمایش به مردم خارج شدند و [مردم را] از راه خدا باز می داشتند و خدا به آنچه می کنند، احاطه دارد». (انفال: ۴۷)

هنگامی که ابوسفیان با تردستی خاصی کاروان تجارتی قریش را از قلمرو مسلمانان به سلامت بیرون برد، کسی را به سراغ ارتش قریش که عازم میدان بدر بود، فرستاد مبنی بر اینکه که دیگر نیازی به مبارزه شما نیست، باز گردید، ولی ابوجهل که غرور و تکبر خاصی داشت، سوگند یاد کرد که ما هرگز باز نمی‌گردیم تا اینکه به سرزمین بدر برویم.

ص:۵۶

این آیه، مسلمانان را از پیروی کارهای ابلهانه و اعمال غرورآمیز و بی محتوا و سر و صداهای توخالی و بی معنا باز می‌دارد و با اشاره به کار ابوسفیان می‌فرماید: مانند کسانی‌که از سرزمین خود از روی غرور و هواپرستی و خودنمایی خارج شدند، نباشید؛ همان ها که هدفشان جلوگیری مردم از راه خدا بود.

«اللّهُ یَبْسُطُ الرِّزْقَ لِمَنْ یَشَاءُ وَ یَقَدِرُ وَ فَرِحُواْ بِالْحَیَاه الدُّنْیَا وَ مَا الْحَیَاه الدُّنْیَا فِی الآخِرَه إِلاَّ مَتَاعٌ؛ خدا، روزی را برای هر که بخواهد، گشاده یا تنگ می گرداند، و[لی آنان] به زندگی دنیا شاد شده اند و زندگی دنیا در [برابر] آخرت جز بهره ای [ناچیز] نیست». (رعد: ۲۶)

این آیه می فرماید: پیمان شکنان و مفسدان فی الارض، تنها به زندگی دنیا خشنود و خوش حالند، در حالی که زندگی دنیا در برابر آخرت، کالای ناچیزی بیش نیست.

«لِکَیْلَا تَأْسَوْا عَلَی مَا فَاتَکُمْ وَ لَاتَفْرَحُوا بِمَا آتَاکُمْ وَ اللَّهُ لَایُحِبُّ کُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ؛ تا بر آنچه از دست شما رفته اندوهگین نشوید و به [سبب] آنچه به شما داده است ، شادمانی نکنید و خدا هیچ خودپسند فخرفروشی را دوست ندارد». (حدید: ۲۳)

این آیه، فلسفه تقدیر سختی ها و حوادثی را که در عالم رخ می‌دهد و در لوح محفوظ و علم بی‌پایان خداوند ثبت است، بیان می کند و می گوید: این برای آن است که به‌خاطر آنچه از دست داده اید، غمگین نشوید و به آنچه خداوند به شما داده است، شاد نباشید. در واقع، هدف پروردگار این است که شما دل بسته و اسیر زرق و برق این جهان نباشید؛ زیرا این مصایب، زنگ بیدارباشی است برای غافلان و شلاقی است بر ارواح خفته، رمزی است از ناپایداری جهان و اشاره‌ای است به کوتاه بودن عمر این زندگی. در نتیجه، این شاد شدن در برابر آنچه به ما داده شده، شادی کاذب است.

ص:۵۷

«وَ أَمَّا مَنْ أُوتِیَ کِتَابَهُ وَرَاء ظَهْرِهِ فَسَوْفَ یَدْعُو ثُبُورًا وَیَصْلَی سَعِیرًا إِنَّهُ کَانَ فِی أَهْلِهِ مَسْرُورًا؛ و اما کسی که کارنامه اش از پشت سرش به او داده شود، زودا که هلاک [خویش] خواهد و در آتش افروخته درآید؛ او در [میان] خانواده خود شادمان بود». (انشقاق: ۱۰ _ ۱۳)

این آیات، از کفار و مجرمان و چگونگی نامه اعمال آنها سخن می گوید و به بیان علت سرنوشت شوم آنها پرداخته است و می‌فرماید: این به علت آن است که او در میان اهل و خانواده خود پیوسته (از کفر و گناه خویش) مسرور بود؛ سروری آمیخته با غرور و غروری آمیخته با غفلت و بی‌خبری از خدا، سروری که نشانه دل بستگی سخت به دنیا و بی اعتنایی به جهان پس از مرگ بود.

«ذَلِکُم بِمَا کُنتُمْ تَفْرَحُونَ فِی الْأَرْضِ بِغَیْرِ الْحَقِّ وَ بِمَا کُنتُمْ تَمْرَحُونَ؛ این [عقوبت] به سبب آن است که در زمین به ناروا شادی و سرمستی می کردید و بدان سبب است که [سخت به خود] می نازیدید». (غافر: ۷۵)

در تفسیر المیزان می خوانیم:

جمله اشاره به عذابی است که کفار در آن قرار دارند و حرف (باء) در کلمه (بما)، باء سببیت و یا باء مقابله است و معنایش این است که این عذابی که شما در آن قرار گرفته اید، به سبب (یا در مقابل) فرحی است که در زمین و بدون حق می‌کردید، از لذات عاجله دنیا کام می گرفتید و نیز به سبب (یا در مقابل) افراطی است که در فرح خود می کردید؛ چون دل‌هایتان شیفته لذات دنیا و زینت آن بوده [است].(۱)

در مجمع البیان آمده است:

«اگر فرح را مقید به قید (بغیر الحق) کرد، ولی مدح را مطلق آورد، برای این بود که گاهی فرح به خاطر حق دست می‌دهد و چنین فرحی

ص:۵۸

۱- همان.

ممدوح است، گاهی هم می‌شود که به باطل دست می‌دهد که آن مذموم است، ولی مدح جز مذموم و باطل نمی‌تواند باشد.(۱)

«وَ لَاتُصَعِّرْ خَدَّکَ لِلنَّاسِ وَ لَاتَمْشِ فِی الْأَرْضِ مَرَحًا إِنَّ اللَّهَ لَایُحِبُّ کُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ؛ و از مردم [به نخوت] رخ برمتاب و در زمین خرامان راه مرو که خدا خودپسند لاف زن را دوست نمی دارد». (لقمان: ۱۸)

این آیه و آیات پیشین، اندرزهای لقمان حکیم به پسرش را بیان می‌کند. لقمان در اینجا به دو صفت بسیار زشت که مایه از هم پاشیدن روابط صمیمانه اجتماعی است، اشاره می‌کند: یکی، تکبر و بی‌اعتنایی و دیگر، غرور و خودپسندی.

«وَ إِذَا ذُکِرَ اللَّهُ وَحْدَهُ اشْمَأَزَّتْ قُلُوبُ الَّذِینَ لَایُؤْمِنُونَ بِالْآخِرَه وَ إِذَا ذُکِرَ الَّذِینَ مِن دُونِهِ إِذَا هُمْ یَسْتَبْشِرُونَ؛ چون خدا به تنهایی یاد شود، دل های کسانی که به آخرت ایمان ندارند، منزجر می گردد و چون کسانی غیر از او یاد شوند، به ناگاه آنان شادمانی می کنند». (زمر: ۴۵)

این آیه، حال منکران و مشرکان را بیان می‌کند که وقتی نام خداوند برده می شود، دل هایشان متنفر می شود، ولی هنگامی که از معبودهای دیگر سخن به میان می آید، غرق سرور و شادی می‌شوند.

«وَ إِذَا أَذَقْنَا النَّاسَ رَحْمَه فَرِحُوا بِهَا وَ إِن تُصِبْهُمْ سَیِّئَه بِمَا قَدَّمَتْ أَیْدِیهِمْ إِذَا هُمْ یَقْنَطُونَ؛ چون مردم را رحمتی بچشانیم، بدان شاد می گردند و چون به [سزای] آنچه دستاورد گذشته آنان است، صدمه ای به ایشان برسد، به ناگاه نومید می شوند». (روم: ۳۶)

مراد از آیه شریف، بیان این نکته است که مردم نظرشان از ظاهر آنچه از نعمت و نقمت می‌بینند، فراتر نمی‌رود و باطن امر را نمی بینند، به گونه ای که وقتی نعمتی به دستشان می‌آید، خوش حال می شوند، بدون اینکه بیندیشند،

۱- ترجمه تفسیر مجمع البیان، ج ۸، ص ۵۰۱.

در حالی که آخر این امر به دست خود آنان نیست و این خداست که به مشیّت خود، نعمت را به آنها می دهد و از آنان باز می ستاند.

البته در تفسیر نمونه آمده است که جمله «فرحوا بها» تنها به معنی خوش حال شدن به نعمت نیست، بلکه منظور، شادی همراه با غرور و یک نوع مستی و بی‌خبری است؛ همان حالتی که به افراد کم‌مایه که به نوایی می رسند، دست می‌دهد و گرنه شادی همراه با شکر و توجه به خدا، نه تنها بد نیست، بلکه به آن دستور داده شده است.(۱)

«قُلْ بِفَضْلِ اللّهِ وَ بِرَحْمَتِهِ فَبِذَلِکَ فَلْیَفْرَحُواْ هُوَ خَیْرٌ مِّمَّا یَجْمَعُونَ؛ بگو به فضل و رحمت خداست که [مؤمنان] باید شاد شوند و این از هرچه گرد می آورند، بهتر است». (یونس: ۵۸)

با این حساب، شاید بتوان این آیه را از آیاتی دانست که این‌گونه شادی هایی را که همراه با غرور و مستی و بی خبری است، نکوهش می کند.(۲)

«فَإِنْ أَعْرَضُوا فَمَا أَرْسَلْنَاکَ عَلَیْهِمْ حَفِیظًا إِنْ عَلَیْکَ إِلَّا الْبَلَاغُ وَ إِنَّا إِذَا أَذَقْنَا الْإِنسَانَ مِنَّا رَحْمَه فَرِحَ بِهَا وَ إِن تُصِبْهُمْ سَیِّئَه بِمَا قَدَّمَتْ أَیْدِیهِمْ فَإِنَّ الْإِنسَانَ کَفُورٌ؛ پس اگر روی برتابند، ما تو را بر آنان نگهبان نفرستاده ایم؛ بر عهده تو جز رسانیدن [پیام] نیست و ما چون رحمتی از جانب خود به انسان بچشانیم، بدان شاد و سرمست گردد و چون به [سزای] دستاورد پیشین آنها به آنان بدی رسد، انسان ناسپاسی می کند». (شورا: ۴۸)

این آیه هم مانند آیه ۳۶ سوره روم که بحث آن پیش از این گذشت، خوش حال شدن هنگام رسیدن رحمتی از سوی خداوند را بیان می‌کند. بیان این نکته ضروری است که تعبیر «إذا أذقنا» درباره رحمت خداوند و در برخی آیات دیگر درباره عذاب الهی، ممکن است اشاره به این باشد که نعمت‌ها و سختی های این دنیا هرچه باشد، در مقابل نعمت‌ها و رنج های

۱- تفسیر نمونه، ج۱۶، ص ۴۳۶.

۲- همان.

آخرت چیز انـدکی است یـا اینکه افراد کم ظرفیت با مختصـر نعمتی، مست و مغرور و با انـدک سـختی، ناامیـد و ناسـپاس می شوند.(۱)

در تحلیـل و جمع‌بنـدی از آیـات قرآن دربـاره شـادی و نشـاط، چنـد نکته قابل توجه است که به صورت خلاصه به آنها اشاره می‌کنیم:

۱. بـا انـدکی تأمـل می‌توان پی برد که میـان آیـاتی که به سـتایش شادی یا نکوهش آن می‌پردازنـد، هیـچ‌گونه منافاتی وجود ندارد؛ زیرا آیات دسـته نخست، شادی‌هایی را سـتایش می‌کند که به غرور و مستی و غفلت نینجامد، انسان را از یاد خدا غافل نکنـد و از روی گنـاه و نافرمـانی نباشـد و در واقع، شـادی‌هـایی که راسـتین و واقعی باشـند. آیـات دسـته دوم، شـادی‌هـایی را نکوهش می‌کننـد که همراه با غرور و سـرمستی و غفلت از یاد خدا و توجه به زندگی دنیوی و عوامل مادی باشد. در حقیقت، شادی‌هایی که کاذب است و در واقع، شادی نیست، بلکه خودفریبی است. بر این اساس می‌توان گفت خوش حالی به صورت ذاتی، نکوهیـده نیست، بلکه مؤمن بایـد به لطف خـدا مسـرور و در معاشـرت، گشـاده رو و خنـده رو باشـد. در واقع، سـروری نکوهیده است که انسان را از یاد خدا، غافل کند و در غفلت غوطه‌ور سازد.

۲. انگیزه فرد از شادی و نشاط و چگونگی آن می‌تواند در سـتایش یا نکوهش شادی نقش مهم و تأثیرگذاری داشـته باشد؛ به این معنـا که حالت فرح به خودی خود امری خنثا ست و نمی‌توان به تنهایی به خوبی یا بـدی آن حکم کرد. از آنجا که برخی آیات، آشـکارا و مطلق حکم به بـدی و نابهنجاری امر فرح می‌کنند، به نظر می رسد در بینش و نگرش قرآنی و وحیانی، امری منفی و حالتی ناخوشایند و نکوهیده است و در مواردی که به فرح مؤمنان اشاره شده است، استثنا وجود دارد.

۱- همان، ج ۲۰، ص ۴۸۱.

۳. «مـواردی که قرآن به جهت عوامـل و انگیزه‌هـایی امر به مثبت بـودن فرح می‌کنـد، مـواردی است که مؤمنـان به جهت ابزار مسرّت و شادی از نعمتی بزرگ خدادادی اقدام به فرح نموده‌اند.

۴. فرح‌منـدی که کـافران یـا غیرمؤمنان نسبت به امور دنیوی انجام می‌دهنـد، امری ناپسـند است و آیات بسـیاری این مسـئله را نکوهش کرده و بیان داشته اند است که فرد نباید به سبب بهره مندی از امری مادی و دنیوی، فرح مند شود.(۱)

رهایی و فرار از جنگ و کشـته شدن (توبه: ۸۱)، بهره منـدی از نعمتی مادی و زودگذر که خداوند به انسان می بخشد (شورا: ۴۸)، آمدن باد موافق (یونس: ۲۲)، متاع و زندگی دنیوی (رعد: ۲۶)، بهره منـدی از رحمت عام و زودگذر دنیوی (رعد: ۲۶) یـا فرح کافران از شـکست مؤمنان و گرفتاری های دنیوی (آل عمران: ۱۲۰) نمونه‌هایی از آیاتی است که به مسـئله انگیزه‌های فرح اشاره دارد. (۲)

۵. سـرور که همـان شـادی است، امری پسـندیده است که گاه از آن به اسـتبشار و بشارت یاد می شود. در این حالت، بشـره و پوست انسـان، تـازه و طراوت و شادابی در آن نمودار می شود. شادی و سـرور را می‌توان مترادف هم دانست، چنان که به نظر می رسد فرح و پای کوبی تا اندازه‌ای مترادف باشند.

در آیات قرآن آمده است که سرور به عنوان یک مطلوب برای انسان، حالتی است که انسان‌های مؤمن و رستگار در بهشت از آن برخوردار می شونـد: «پس خـدا [هم] آنـان را از آسـیب آن روز نگـاه داشت و شـادابی و شادمانی به آنان ارزانی داشت.» (انسان: ۱۱)

ص:۶۲

۱- همان.

۲- همان.

۶. اگرچه زنـدگی انسـان در عالم ماده با فراز و نشیب‌ها، سـختی و خوشـی‌ها همراه است که قرآن در این باره می‌فرمایـد: «به راستی که انسان را در رنـج آفریده ایم.» (بلد: ۴) بایـد راه حل مسائل را دانست و مهارت مواجهه با سـختی‌ها و گرفتاری‌ها را بررسـی کرد. قرآن کریم به عنـوان کتـاب هـدایت، علت و ریشه غم‌هـا و شـادی‌هـا را بیـان کرده است: یعقـوب غصه خورد و حزنش را در خود پنهان داشت و این باعث شد که نور چشمانش کم شود. قرآن می فرماید: «و از آنان روی گردانید و گفت: ای دریغ بر یوسف و درحالی که انـدوه خود را فرو می خورد، چشـمانش از انـدوه سپیـد شـد.» (یوسف: ۸۴) بلافاصله پس از اطلاع یافتن از یوسف، شادی او باعث بینایی و روشـنایی چشـمانش شد. قرآن در این باره می‌فرماید: «و چون کاروان ره سپار شد، پدرشان گفت: اگر مرا به کم خردی نسـبت ندهید، بوی یوسف را می شـنوم.» (یوسف: ۹۴) شادی موجب بینایی یعقوب شد که قرآن فرمود: «پس بینا گردید». (یوسف: ۹۶)(۱)

۷. ایمـان و اسـتقامت، عوامل ایجاد غم را که خوف و حزن باشـد، از بین می برد. بر همین اساس، خداونـد می فرمایـد: «محققاً کسـانی که گفتنـد پروردگـار مـا خـداست، سـپس ایسـتادگی کردنـد، بیمی بر آنان نیست و غمگین نخواهنـد شـد». (احقاف: ۱۳)(۲)

۸. همچنین قرآن می‌فرمایـد که دنیـای تیره و تـار که منشأ غم و غصه است، برای کسانی است که یاد خـدا و هـدف خلقت را فرامـوش کردنـد و غافـل شدنـد: «هرکس از یـاد من دل بگردانـد، در حقیقت زنـدگی تنـگ [و سـختی] خواهـد داشت و روز رستاخیز او را نابینا محشور می کنیم». (طه: ۱۲۴)(۳)

۹. قرآن کریم، ریشه همه غم‌هـا را در رذایـل اخلاقی همچون بیماری حسـد، کبر، غرور، سوءظن، طمع، جهل، ریا، شـهوت و غضب می‌داند که

۱- گفت و گو با صاحب نظران فرهنگی، «شادی غنیمت است»، کیهان، ۱۲/۱۰/ ۱۳۸۵، ش ۱۸۷۰۵، ص ۶.

۲- همان.

۳- همان.

بـدون درمان خودخواهی و بیماری های گفته شـده، غـده چرکین و ریشه رنج‌ها همواره در درون ما باقی می‌ماند. اگر شادی، انبساط روح است؛ بایـد ببینیم چه چیزی روحمان را تیره می‌کنـد تا آنها را برطرف سازیم. خداوند آنچه را از سوی خود برای رسیدن به عـاقبتی خوش عنـایت می فرمایـد، مـایه شـادی معرفی می کنـد؛ نه شـادی‌هـای ظاهری و زودگـذر را. در قرآن می خوانیم:

آن گاه که قوم وی بدو گفتند: شادی مکن که خدا شادی کنندگان را دوست نمی دارد و با آنچه خدایت داده [است]، سـرای آخرت را بجوی و سـهم خود را از دنیـا فراموش مکن و همچنـان‌که خـدا به تو نیکی کرده [است]، نیکی کن و در زمین فسـاد مجوی که خدا فسادگران را دوست نمی دارد. (قصص: ۷۶ و ۷۷)

۱۰. از دیـدگاه قرآن، خروج از مسیر حق و راستی، می توانـد سبب شـادی و سرور مقطعی باشـد، ولی این شـادی حقیقی یا شادکامی واقعی نیست: «این [عقوبت] به سـبب آن است که در زمین به ناروا شادی و سـرمستی می کردید و بدان سـبب اسـت که [سخت به خود] می نازیدید». (غافر: ۸۴)

قرآن در آیه ۹ سوره انشـقاق بهشتیان را به سـبب اعمال خیری که انجام داده‌انـد، شاد معرفی می‌کنـد؛ زیرا در حقیقت، شادی آخرت، تجلی شادی دنیاست. در آیه ۱۱ سوره انسان دیگر نیز می‌فرماید: «پس خدا [هم] آنان را از آسیب آن روز نگاه داشت و شـادابی و شادمـانی به آنـان ارزانی داشت.» (انسان: ۱۱) ازاین رو، بهشتیـان به سـبب اعمـال صالحشـان، غرق شادی و نشاط واقعی اند: «شما با همسرانتان شادمانه داخل بهشت شوید.». (زخرف: ۷۰)

«از چهره هایشـان طراوت نعمـت [بهشت] را درمی یـابی.». (مطففین: ۲۴) در جـای دیگری نیز می فرمایــد: «در آن روز، چهره هایی شادابنـد که از کوشـش خود خشـنودند.» (غاشـیه: ۸ و ۹) یـا در آیـه‌هـای دیگر فرمـوده اسـت: «در آن روز چهره هـایی درخشانند، خندان [و] شادانند». (عبس: ۳۸ و ۳۹)

۱۱. شـادی بهشتیـان در قیامت نشانه و تجسم شادی‌ها و خوشـی‌های دنیوی آنهاست، اگرچه با سـختی و گرفتاری در عالم دنیا همراه شده باشد. در آیاتی پراکنده از قرآن، عوامل بسیاری که سبب شادی و دوری از غم است، بیان شده است، از جمله:

الف) ایمان

مهم‌ترین عامل شادی، ایمان به خـداست: «الَّذِینَ آمَنُواْ وَ تَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُم بِذِکْرِ اللّهِ أَلاَ بِذِکْرِ اللّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ؛ همان کسانی که ایمان آورده اند و دل هایشان به یاد خدا آرام می گیرد. آگاه باش که دل ها با یاد خدا آرامش می یابد». (رعد: ۲۸)

ب) رضایت

«قُلْ بِفَضْلِ اللّهِ وَ بِرَحْمَتِهِ فَبِذَلِکَ فَلْیَفْرَحُواْ هُوَ خَیْرٌ مِّمَّا یَجْمَعُونَ؛ بگو به فضل و رحمت خـداست که [مؤمنان] باید شاد شوند و این از هر چه گرد می آورند، بهتر است». (یونس: ۵۸)

ج) کمک به مسکین (انفاق)

«وَیُطْعِمُونَ الطَّعَامَ عَلَى حُبِّهِ مِسْکِینًا وَیَتِیمًا وَأَسِیرًا إِنَّمَا نُطْعِمُکُمْ لِوَجْهِ اللَّهِ لَا نُرِیدُ مِنکُمْ جَزَاء وَلَا شُکُورًا إِنَّا نَخَافُ مِن رَّبِّنَا یَوْمًا عَبُوسًا قَمْطَرِیرًا؛ و به [پاس] دوستی [خـدا] بینوا و یتیم و اسیر را خوراک می دادنـد. ما از پروردگارمان از روز عبوسـی سـخت هراسناکیم». (انسان: ۸ _ ۱۰)(۱)

ج) شادی و تفریح در سیره و سخن معصومان علیهم السلام

اشاره

ج) شادی و تفریح در سیره و سخن معصومان علیهم السلام

از جمله منـابع دیگری که می‌توانـد مبنـای ما در مسـیر تحقق شادی و نشاط فردی، خانوادگی، سازمانی و اجتماعی قرار گیرد، گنجینه نـاب و اصـیل سـخنان معصومـان علیهم السـلام و رفتار و سـیره آنان در زمان حیات پربرکت ایشان است. پیامبر گرامی اسلام و خاندان مطهرش برای هدایت انسان, رسالت و

۱- مهدی یاراحمدی خراسانی، «جایگاه غم و شادی در کتب آسمانی»: سایت مدیر یار، بازدید: ۵/۲/۱۳۸۸.

مأموریت یافته‌اند و از سویی به دانش و مهارت و توانایی این مهم مجهزند و نیاز انسان را به خوبی درک می‌کنند پس به یقین می توانند بهترین نسخه شفابخش را برای همه دردهای او بپیچند و او را به درست‌ترین مسیر و راه هدایت و کمال رهنمون شوند.

اگر معتقد باشیم شادی و نشاط هم یکی از نیازهای گریزناپذیر انسان و یکی از وجوه روحی اوست، باید مطمئن باشیم پیامبر و اولیای دین ما حتماً به آن توجه داشته اند. بنابراین، باید در سخن و سیره آن بزرگواران بکاویم و با تحلیل نکته های انسان ساز و سعادت آفرین زندگی ایشان، آنها را متناسب با زندگی امروز، خود، کاربردی و قابل استفاده کنیم.

آنچه در متون اسلامی درباره غم و شادی وجود دارد، این حقیقت را آشکار می کند که دستورهای دینی، چگونه به صورت منسجم در راستای کمال انسانی صادر شده و برای رسیدن به سعادت حقیقی، چگونه به همه زوایای وجود و زندگی انسان توجه کرده است.

پیشوایان دینی ما افرادی شاد، مسرور، جدّی، خوش رو، خوش لباس و خوش رفتار بودند. امیر مؤمنان، حضرت علی علیه السلام ، پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله را چنین توصیف می کند:

او همواره گشاده رو، نرم خو و خوش خُلق بود و خشن، سخت گیر، فریادزن، بدگو و عیب‌جو نبود. در مورد خود، از سه چیز همواره دوری می گُزید: خودنمایی، زیاده روی و بیهوده کاری و در مورد دیگران نیز همواره از سه چیز پرهیز داشت: به سرزنش و عیب‌جویی کسی مشغول نمی شد، در پی سردرآوردن از اسرار و عیوب مردم نبود و جز درباره کارهای سودمند و ارجمند حرف نمی زد. هرگاه سخن می‌گفت، همه به سخنش گوش می‌دادند. بر آنچه هم نشینانش

می خندیدند، می‌خندید و از آنچه آنان از آن خوش探شان می آمد، وی نیز خوشش می‌آمد.(۱)

در کلامی دیگر، درباره آن حضرت نقل شده است که «وقتی کسی با وی سخن می‌گفت، به طرف وی می چرخید و سکوت می‌کرد و گوش می‌داد. از هیچ کس روی برنمی‌گرداند، به گفت و گوهای جدّی علاقه نشان می‌داد و گاه که می‌خندید، دندان هایش کاملاً ـ پیدا می‌شد و هنگامی که خشمگین می گشت، جز نَمی عَرق بر جبینش، اثر دیگری در وی دیده نمی‌شد».(۲)

پیامبر، انسانی جدّی بود که برای هم نشین و هم سخن خویش، ارزشی والا قائل می شود و هیچ گاه کسی را تحقیر نمی کند. هنگامی که می خندید، از تهِ دل می‌خندید، به گونه ای که نشان شادی در چهره اش دیده می شد، ولی هنگام غضب، چنان رفتار می کرد که تنها شماری از آن سر درمی‌آوردند؛ افراد می دانستند نشستن عَرق بر پیشانی وی، علامت خشم است.

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله با یارانش مزاح می کرد و اجازه می داد یارانش با وی مزاح کنند. گاه به شوخی یاران با یکدیگر گوش می سپرد و تبسم می فرمود. او هرگز شادی‌های یارانش را بر هم نمی زد، مگر وقتی سخن یا عملی خارج از محدوده شرع از آنها مشاهده می کرد.

چهره مقدس پیامبر هرگز در هم کشیده و گرفته نبود، مگر هنگام نزول آیات موعظه یا نزول آیات قیامت که هر شنونده را دچار افسردگی و دگرگونی وصف ناپذیری می کرد. فیض کاشانی می نویسد: «پیامبر هنگام ملاقات یارانش، چهره اش بیش از دیگران شاداب و خندان بود؛ گاه چنان می خندید که دندان‌های مبارکش نمایان می شد».(۳)

۱- سید محسن امین عاملی، اعیان الشیعه، ج۱، ص۲۲۲.

۲- همان.

۳- ملاـ محسن فیض کاشانی، المحجه البیضاء، ج ۴، ص ۱۳۵، به نقل از: محمدجواد طبسی، «نشاط و شادی در سیره معصومان»، ماهنامه کوثر، ش ۳۷.

شیخ عباس قمی می نویسد:

حُسن خلق و شکُفته‌رویی حضرت علی علیه السلام چنان بودکه دشمنانش بدین سبب بر وی خرده می گرفتند. عمرو بن عاص می گفت: او بسیار خوش طبعی می کند. روزی معاویه به قیس بن سعد گفت: خدا رحمت کند ابوالحسن را که بسیار خندان و شکفته و خوش طبع بود. قیس گفت: آری چنین بود، رسول خدا صلی الله علیه و آله نیز با یارانش خوش طبعی می کرد و خندان بود. ای معاویه! تو به ظاهر او را مدح می کنی، اما هدفت بدگویی و خرده گیری است، اما بدان به خدا سوگند، آن حضرت با آن شکُفتگی و خندانی، هیبتش از همه فزون تر بود و آن هیبت به سبب تقوایش بود.(۱)

گاه پیامبر با یارانش مزاح می کرد و آنها را شادمان می ساخت و می فرمود: «اِنّی لامَزْحُ وَ لااَقولُ اِلا الْحَقَّ؛ من مزاح می کنم و جز حق چیزی نمی گویم».(۲)

طریحی می نویسد: «پیامبر با انسان به قصد آنکه شادمانش سازد، شوخی می کرد.»(۳) نکته دقت برانگیز این است که پیامبر خود مزاح را آغاز می کرد و بر آن بود تا بدین وسیله سرور و نشاط را در یارانش زنده نگه دارد. این کار پیامبر بزرگوار اسلام در برطرف ساختن خستگی‌ها و فشارهای ناشی از مشکلات زندگی یارانش مؤثر بود. نکته دوم آن است که پیامبر به قصد شادمان کردن این کار را انجام می داده و فلسفه دیگری بر آن مترتب نبوده است و شاد کردن نزد آن حضرت اصالت و موضوعیت داشته است. نمونه های زیر بخشی از رفتارهایی است که از آن حضرت ثبت شده است:

۱- شیخ عباس قمی، منتهی الآمال، ج ۱، ص ۱۵۱، به نقل از: «نشاط و شادی در سیره معصومان:».
۲- فخرالدین بن محمد طریحی، مجمع البحرین، ص ۱۸۰، ماده «مزح»، به نقل از: «نشاط و شادی در سیره معصومان:».
۳- همان، ص ۱۰۹.

یک ــ آرام‌تر برو که بلورها نشکنند

یک ــ آرام‌تر برو که بلورها نشکنند

در یکی از مسافرت ها، غلام سیاه و خوش صدایی به نام انجشه همراه حضرت بود که به دستور پیامبر آواز ویژه تند رفتن شتران می خواند و در آن کاروان برخی از زنان پیامبر و ام سلیم نیز حضور داشتند. انس می گوید: حضرت گاهی با انجشه شوخی می کرد و می فرمود: «قدری آرام تر بران تا بلورها خرد نشود (یعنی زنان آزار نبینند)».(۱)

دو ــ چه کسی این بنده را می خرد!

دو ــ چه کسی این بنده را می خرد!

روزی حضرت بازوی یکی از یارانش را از پشت سر گرفت و فرمود: «چه کسی این بنده را می خرد؟»(۲) [یعنی بنده خدا را و مراد پیامبر از این کار مزاح بود].

سه ــ پیرزن ها به بهشت نمی روند

سه ــ پیرزن ها به بهشت نمی روند

روزی پیامبراکرم صلی الله علیه و آله به پیرزنی از طایفه اشجع فرمود: «ای اشجعیه! بدان هرگز پیرزن داخل بهشت نمی گردد.» پیرزن از شنیدن این حرف اندوهگین شد. بلال از راه رسید و با مشاهده آن صحنه، وضعیت زن را برای پیامبر نقل کرد. حضرت به بلال فرمود: «سیاه چهرگان هم به بهشت نمی روند.» بلال نیز مانند پیرزن اندوهگین گشت. عباس، عموی پیامبر، بر آنها گذشت و پس از آگاهی از حالشان، ماجرا را برای پیامبر بازگفت. پیامبر فرمود: «پیرمردها هم به بهشت گام نمی نهند.» آن گاه رسول خدا صلی الله علیه و آله هر سه را طلبید و فرمود: «خداوند اینان را با بهترین شکل ظاهری داخل بهشت می گرداند.» سپس فرمود: «خداوند آنها را در قالب جوانانی نورانی وارد بهشت می سازد».(۳)

۱- مسلم بن حجاج نیشابوری، صحیح مسلم، ج ۲، ص ۳۲۶، به نقل از: «نشاط و شادی در سیره معصومان:».

۲- ابن شهر آشوب، مناقب آل ابی طالب، ج ۱، ص ۱۴۸، به نقل از: «نشاط و شادی در سیره معصومان:».

۳- همان.

چهار ـ او همان نیست که در چشمانش سفیدی هست؟!

چهار ـ او همان نیست که در چشمانش سفیدی هست؟!

ابن شهر آشوب می نویسد:

روزی آن حضرت به زنی که از همسرش سخن می گفت، فرمود: آیا او همان نیست که در چشمانش سفیدی است؟ زن بلافاصله گفت: نه. آن گاه به خانه رفته، ماجرا را برای شوهرش بازگفت. او که دریافته بود پیامبر مزاح کرده است، به همسرش گفت: آیا نمی بینی سفیدی چشمم از سیاهی اش زیادتر است؟(۱)

پنج ـ شوخی و مزاح با امیر مؤمنان، حضرت علی علیه السلام

پنج ـ شوخی و مزاح با امیر مؤمنان، حضرت علی علیه السلام

روزی پیامبر گرامی اسلام و علی علیه السلام کنار یکدیگر خرما می خوردند. حضرت هسته خرماهایی را که می خورد، نزد علی علیه السلام می گذارد. هنگامی که از تناول خرما دست کشیدند، همه هسته های خرما نزد علی علیه السلام جمع شده بود. پیامبر به علی علیه السلام فرمود: «ای علی! بسیار می خوری.» علی علیه السلام گفت: «ای رسول خدا! بسیارخور کسی است که خرماها را با هسته اش خورده است».(۲)

شش ـ دست گذاردن بر چشم برخی یاران

شش ـ دست گذاردن بر چشم برخی یاران

حضرت برخی یاران را از پشت سر بغل می گرفت و دو دستانش را بر چشمانشان می گذارد تا آنها را بیازماید آیا می توانند با چشم بسته طرف مقابل را تشخیص دهند یا خیر.(۳)

همچنین پیامبر گرامی اسلام به دیگران اجازه می داد با او مزاح کنند.

هفت ـ نعیمان بدری یکی از یاران همیشه شاد پیامبر گاه با آن حضرت شوخی می کرد و حضرت را می خنداند. پیامبر نه تنها موضع منفی نمی گرفت، بلکه تبسم می فرمود. روزی نعیمان به مرد عربی که عسل می فروخت، رسید.

۱- همان.

۲- سید نعمت الله جزایری، زهرالربیع، ص ۷، به نقل از: نشاط و شادی در سیره معصومان:، ماهنامه کوثر، ش ۳۷.

۳- همان.

ظرفی عسل گرفت و به خانه عایشه آورد و به او تحویل داد و مرد عرب را بر در خانه پیامبر نگه داشت و خود رفت. پیامبر چنان اندیشید که نعیمان عسل را به رسم هدیه آورده است. بدین جهت آن را قبول کرد و به درون خانه رفت. نعیمان بار دیگر از جلوی خانه پیامبر عبور کرده و دید مرد عرب هنوز بر در خانه ایستاده است. مدتی بعد، مرد عرب اهل خانه را مخاطب قرار داد و گفت: اگر پولش را نمی دهید، عسل را برگردانید. پیامبر از ماجرا با خبر شده و بی درنگ، قیمت آن را به مرد عرب پرداخت. آن گاه به نعیمان فرمود: چه چیز تو را واداشت چنین کنی؟ نعیمان گفت: دیدم پیامبر عسل دوست دارد، فرصت را غنیمت شمردم و چنین کردم.(۱)

هشت ــ روزی حضرت بسیار اندوهگین بود و در این هنگام، مردی به دیدار ایشان آمده بود مرد عرب خواست چیزی بپرسد، اصحاب گفتند: نپرس؛ چهره پیامبر چنان گرفته است که ما جرئت پرسیدن نداریم. او گفت: مرا به حال خود واگذارید؛ سوگند به خدایی که او را به پیامبری برانگیخت، هرگز رهایش نمی کنم تا خنده بر لبانش ظاهر شود. آن گاه به پیامبر گفت: ای رسول خدا، شنیده ایم دجال با نان و غذا نزد مردم گرسنه می آید. پدر و مادرم به فدایت، آیا باید غذا نخورم تا از لاغری بمیرم یا بهتر است نزد دجال غذای کامل بخورم و چون سیر شدم، به خدا ایمان آورم؟ پیامبر آن قدر خندید که دندان‌های مبارکش نمایان شد. سپس فرمود: خیر، خداوند تو را به وسیله آنچه دیگر مؤمنان را بی نیاز می کند، بی نیاز می سازد.(۲)

نه ــ روزی حضرت به صهیب بن سنان فرمود: با آنکه از چشم درد رنج می بری، خرما می خوری؟ صهیب گفت: این چشم من درد می کند، اما من خرما را با طرف دیگر می خورم.(۳)

۱- مناقب آل ابی طالب، ج ۱، ص ۱۴۹، به نقل از: «نشاط و شادی در سیره معصومان».

۲- المحجه البیضاء، ج ۴، ص ۱۳۴؛ به نقل از: «نشاط و شادی در سیره معصومان».

۳- زهرالربیع، ص ۷، به نقل از: «نشاط و شادی در سیره معصومان».

ده ـ گاه یاران در محضر رسول خدا صلی الله علیه و آله با یکدیگر مزاح می کردند و می خندیدند. پیامبر نیز تبسم می فرمود و جز در موارد خلاف شرع تذکر نمی داد. سماک بن حرب می گوید: به جابر بن سمره گفتم: آیا با پیامبر نشست و برخاست هم می کردی؟ گفت: آری، بسیار؛ برنامه پیامبر پس از نماز صبح این بود که تا آفتاب نزده، محل نمازش را ترک نمی کرد. در این بین، یاران درباره دوران جاهلیت و برخی از کارهای جاهلانه شان سخن می گفتند و می خندیدند. پیامبر صدای آنها را می شنید و تبسم می فرمود.(۱)

یازده ـ گروهی از یاران پیامبر از جمله سویبط مهاجری و نعیمان بدری، در سفر گاه با هم مزاح می کردند. روزی سویبط به شوخی به هم سفرانش گفت: غلامی فروشی دارم، می خرید؟ گفتند: آری. سویبط گفت: ضمناً بدانید او ادعایی هم دارد و به شما خواهد گفت من آزادم. پس اگر سخنش را گوش کنید، غلامم را از دست می دهید و ضایع خواهید کرد. پس نعیمان را غلامم معرفی کرد. مسافران او را به ده قلایص(۲) خریدند و سپس نزد نعیمان آمده، طنابی بر گردنش افکندند. نعیمان گفت: این مرد با شما شوخی کرده است من آزادم. خریداران اظهار داشتند: از پیش باخبر بودیم چنین سخن خواهی گفت. آن گاه او را کشان کشان با خود بردند. در این لحظه، دوستان هم سفرش که از این جریان سخت می خندیدند، دنبال خریداران رفتند و آزادش کردند. پیامبر با شنیدن این ماجرا تا مدتی می خندید.(۳)

سرگرمی های لذت‌بخش و هدف‌دار در کلام امام رضا علیه السلام این گونه وصف شده است:

ص:۷۲

۱- صحیح مسلم، ج ۲، ص ۳۲۶؛ المحجه البیضاء، ج ۴، ص ۱۵۲، به نقل از: «نشاط و شادی در سیره معصومان».

۲- شتر جوان.

۳- مناقب آل ابی طالب، ج ۱، ص ۱۴۹، به نقل از: «نشاط و شادی در سیره معصومان».

از لذایذ دنیوی نصیبی برای کام یابی خویش قرار دهید و خواهش‌های دل را از راه های مشروع برآورید. مراقبت کنید که در این کار به مردانگی و شرافت شما آسیب نرسد و دچار اسراف و تندروی نشوید تفریح و سر گرمی های لذت بخش شما را در اداره زندگی یاری می کند و با کمک آن بهتر در امور دنیوی خویش موفق خواهید شد.(۱)

در تقسیم بندی اوقات و نظم روزانه ای که پیشوایان معصوم علیهم السلام توصیه کرده اند، مسرت و شادی جایگاه ویژه ای دارد، چنان که امام رضا علیه السلام می فرماید:

کوشش کنید اوقات روز شما چهار ساعت باشد: ساعتی برای عبادت و خلوت با خدا، ساعتی برای تأمین معاش، ساعتی برای معاشرت با برادران مورد اعتماد و کسانی که شما را به عیب هایتان واقف می سازند و در باطن به شما خلوص و صفا دارند و ساعتی را هم به تفریحات و لذایذ خود اختصاص دهید و از مسرت و شادی ساعات تفریح، نیروی انجام وظایف وقت های دیگر را تأمین کنید.(۲)

در سیره معصومان علیهم السلام ، عنصر شادی چنان اهمیت دارد که علاوه بر تأیید آن، به تشویق و زمینه سازی برای آن توصیه شده است. امام صادق علیه السلام در حدیثی که لشکریان عقل را در برابر لشکریان جهل قرار داده است، می فرماید که تعداد لشکر عقل ۷۵ است و لشکر جهل هم در مقابل ایشان همین اندازه نیرو دارد. سپس شادی، نشاط، خوش حال و بشاش بودن را لشکر عقل می شمارد که در پیامبران و جانشینان آنها و مؤمنانی که دلشان را به ایمان آزموده اند، وجود دارد.(۳)

۱- محمدباقر مجلسی، بحارالانوار، ج۷۵، ص۳۲۱، به نقل از: مریم شمس، «جایگاه شادی و تفریح در متون اسلامی»، سایت باشگاه اندیشه، http://bashgah.net، بازبینی: ۲۵/۴/۱۳۸۸.

۲- همان.

۳- محمد بن یعقوب کلینی، اصول کافی، ج۱، ص۲۶؛ به نقل از: «جایگاه شادی و تفریح در متون اسلامی».

در این روایت، نشاط و فرح، از لشکریان عقل و کسلی و حزن، از لشکریان جهل به شمار آمده است.

نشاط و سروربخشی از سرشت انسان است. بدین جهت، قوانین روح بخش اسلام به پیروان خود نشاط و شادمانی می بخشد. پیامبر خاتم نیز همیشه شادمان بود و بر این امر تأکید می ورزید. افزون بر این، برخی روایت ها نشان می دهد معصومان علیهم السلام در کجا و در پی چه مسائلی شاد می شدند و برای شاد بودن چه برنامه هایی بیان می داشتند. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله می فرمود:

هر فردی در مواقعی به پرستش و عبادت، عشق و علاقه پیدا می‌کند و این علاقه، کم‌کم به سستی می‌گراید. اگر عشق و علاقه به عبادت، شخص را به روش من راهنمایی کند، راه درستی را در پیش گرفته و اگر با روش من مخالف باشد، ره به گمراهی برده است و کارهایش خسارت زاست؛ من نماز می‌گزارم، روزه می‌گیرم، افطار می‌کنم، می خوابم، می‌خندم و می‌گریم. کسی که از شیوه و روش من دست شوید، از امت من به شمار نمی‌آید.(۱)

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله در این روایت، خود را انسانی طبیعی معرفی می‌کند که رفتارها و کردارش معتدل است؛ یعنی به پرستش می پردازد، ولی نه آن گونه که از زندگی طبیعی گام بیرون بگذارد، می‌خوابد، می‌خندد، می‌گرید و اجازه نمی دهد عشق فراوان او به پرستش، زندگی او را از حالت طبیعی خارج سازد و سبب شود نیازهای روحی و جسمی‌اش را فراموش کند.

امام صادق علیه السلام نقل می‌کند:

در روزگار جوانی، بسیار به عبادت می پرداختم. روزی پدرم به من گفت: پسرم! این همه در راه عبادت مکوش و به کمتر از این بپرداز؛

ص:۷۴

۱- شیخ حر عاملی، وسائل الشیعه، ج۱، ص۸۲، به نقل از: محمدعلی سلطانی، «شادی پیشویان»، نشریه حدیث زندگی، ش ۲.

زیرا خداوند وقتی از کسی خشنود باشد و دوستش بدارد، از عبادت کم او هم خشنود می شود.(۱)

علامه مجلسی در نتیجه‌گیری از این دست روایت‌ها می‌نویسد:

در بیشتر روایت‌ها اشاره به این امر است که تلاش برای بهبود محتوای عبادت، بهتر از کوشش برای افزودن مقدار آن است و سعی در بهسازی باورها و اخلاق و رفتار، مهم‌تر از تلاش برای فزونی عبادت است.(۲)

مردی خدمت امام جواد علیه السلام رسید، درحالی که شاد و مسرور بود. حضرت فرمود: چیست که تو را شاد می بینم؟ عرض کرد: ای فرزند رسول خدا! از پدر بزرگوارت شنیدم که می فرمود: بهترین روزی که سزاوار است بنده خدا در آن روز شاد باشد، روزی است که توفیق خدمت و دستگیری از برادران مؤمن نصیب او شود و امروز من موفق شدم به ده نفر از برادران فقیر که از فلان شهر نزد من آمده بودند، بخشش کنم. به همین جهت، خوش حالم. حضرت فرمود: به جان خودم سوگند! تو شایسته این شادی هستی، اگر آن انفاق و بخشش خود را به وسیله منّت نابود نکرده باشی.(۳)

د) شادی و نشاط در نهج البلاغه

د) شادی و نشاط در نهج البلاغه

اگر در کتاب گران قدر نهج البلاغه، این منبع روایی شیعی درباره شادی و نشاط، هرچند گذرا بکاویم، به دلیل انتساب آن به منبع علم شیعی و اسلام شناس بزرگ پس از پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله ، می‌توانیم نزدیک‌ترین، روشن ترین و دقیق ترین آموزه های اسلامی را درباره این موضوع بسیار مهم استخراج کنیم و از آن بهره جوییم. امام علی علیه السلام در این باره می فرماید:

۱- همان

۲- بحار الأنوار، ج۶۸، ص۲۱۳، به نقل از: «شادی پیشوایان»، نشریه حدیث زندگی، ش ۲.

۳- محمدباقر مجلسی، شیعه در پیشگاه قرآن و اهل بیت:، ص ۲۶۱، به نقل از: سایت سراج، http://www.seraj.ir، بازبینی: ۲۵/۶/۱۳۸۸

اما بعـد، گاه باشد که مرد از به دست آوردن چیزهایی شاد می شود که از دسـتش نمی رفته و در عین حال، غم از دست دادن چیزهایی را می خورد که دست یافتن به آنها محال بوده است؛ چنان باید که شادی و سرور تنها به سبب بهره هایی باشد که از آخرت خویش به دست آورده ای و دریغت بر ارزش هـای اخروی باشـد که از دست می دهی، امـا از بهره هـایی که از دنیای خویش به چنـگ می آوری، شاد مباش و از ارزش های دنیوی و مادی که از دست می دهی، انـدوهگین مشو و همت خویش را صرف دنیای پس از مرگ کن.

پس چنین مبـاد در نگاه تو، دست یافتن به لـذتی یا فرو نشانیـدن آتش خشـمی، برترین دسـتاورد باشـد که در نگاه چون تویی برترین ارزش ها می بایـد میرانـدن باطلی یا زنـده کردن حقی باشـد و نیز بایسـته است که برای آنچه پیش می فرستی، شادمان شوی و بر آنچه بر جای می نهی، افسوس بخوری و فراسوی زندگی این جهان را همت گماری.(۱)

حضرت در جای دیگر با استفاده از آموزه های قرآن کریم، زهد را با غم و شادی پیوند می زند و می فرماید:

شاخه ها و مصادیق زهد، همه در میان دو کلمه از قرآن خلاصه می شود: برای آنچه که از دست داده اید، اندوهگین نشوید و برای آنچه بهره می بریـد، شادی نکنید. هر آن که بر از دست رفته، اندوهناک و بر دسـتاورد، شادمان نشود، هر دو روی سـکه زهد را بهره یاف___ته است.(۲)

امیر مؤمنـان علی علیه السـلام ، وضـعیت غفلت زدگان دنیا را که به شادی های تخـدیری روی آورده و به آن دل خوش کرده اند، چنین توصیف می کند:

چه بسیار تن های عزیز و خوش آب و رنگی که به کام زمین فرو رفته اند، حال آنکه در دنیا با ناز و نعمت تغذیه می شده اند و در دامن

۱- عبدالمجید معادیخواه، فرهنگ آفتاب، ج ۶، ص ۳۱۶.

۲- همان.

آبرو و شرف پرورش می یافته اند، لحظه های اندوهگنانه شان را با تفریح درمان می کردند و هرگاه به مصیبتی دچار می آمدند، به بی توجهی پناه می برند تا مبادا لحظه خرمی زندگی و بازی پوچ و سرگرمی شان را از دست بدهند. آری، درست در همان گرماگرم عیش و نوش و در فضای آن زندگی غفلت آلود که دنیا و عاشق نازپرورده اش به هم لبخند می زنند، ناگهان روزگار با خار جان گزایش او را می گزد و در گردش روزان و شبان نیروهایش را درهم می شکند و هیولای مرگ از نزدیک بر او خیره می شود.(۱)

به نظر می آید در نهج البلاغه، از این دید به موضوع شادی توجه شده است که اگر در جهت عبادت پروردگار و رسیدن به کمالات معنوی باشد، نه تنها اشکال ندارد، بلکه مورد تأیید اسلام است؛ چه اینکه این شادی ها همان گونه که خود، بازتابی از کمال معنوی فرد است، محرّک و گامی دیگر به سوی کمالات بیشتر خواهد بود. البته باید توجه داشت این مطلب، هرگونه شادی را تجویز نمی کند، بلکه شادی در چارچوب خاص خویش مطلوب است و شادی هایی که از سر غفلت‌زدگی و بی توجهی به واقعیت های موجود در زندگی و سرنوشت انسان و بر اساس دل دادن به لذت های دنیاست، نکوهش شده است.

حضرت علی علیه السلام می فرماید: «این دل ها همانند بدن ها، خسته و افسرده می شوند. پس برای رفع خستگی آنها حکمت های تازه بجویید.»(۲) و باز از آن حضرت نقل شده [است] که فرمود: «شادمانی، گشایش خاطر می‌آورد. اوقات شادی، غنیمت است».(۳)

۱- ۳همان، ص ۳۱۷.

۲- نهج البلاغه، حکمت ۹۱.

۳- تمیمی آمدی، غررالحکم، ج ۲۰۲۳.

ه) شادی و نشاط در سیره و سخن علما

ه) شادی و نشاط در سیره و سخن علما

بزرگان علم و عمل و کسانی که توانستند به مراحل بلند معنوی قدم گذارند و به کمالات انسانی نایل شوند، همه فضیلت های خود را ــ پس از توفیق الهی ــ مرهون روحیه شاداب می داننـد. این روحیه باعث شد آنان بتوانند آنچه در توان دارند، به کار گیرند و به فعالیت و تکاپو بپردازند؛ به آنچه وظیفه خویش تشخیص دادند، عمل کنند و در سایه این روحیه شاداب و بانشاط، هیچ گاه خستگی، تنبلی و تن پروری را به درون خود راه ندهند. معلمان اخلاق، یکی از بزرگ ترین عوامل توفیق در تعلیم را داشتن نشاط و شادابی و مهم‌ترین آفات آن را کسالت و سستی می دانند.(۱)

همواره در تاریخ زندگی بزرگان می خوانیم که ایشان در کنار زندگی سراسر زاهدانه و پربرکت خویش، به شادی و نشاط به عنوان یک ضرورت نگاه کرده و به آن اهتمام داشته‌انـد. این بزرگواران به شادی و نشاطی اهمیت می دادنـد که در خـدمت تکامل آنها و در جهت کسب رضای الهی باشـد. ازاین رو، سـیره آنان در زنـدگی هدفمند و تکامل گرایشان می تواند الگوی کـاملی برای ما باشـد. در حالات میرزا جواد آقا تبریزی نقل شـده است «تابناکی سال‌های حضور این شخصـیت علمی عرفانی، زمینهسـاز هجرت بسـیاری از علمـا و بزرگـان بـه سـوی آن بزرگ مرد و اسـتوانه علـم و تقـوا شـد. در روزگـار پربرکـت عمر حضرتش، عوام و خواص از سرو سبز وجود ایشان بهرههای وافر میبردند و منزل وی دارالشفای روان مردم زجردیده و مصیبت زده بود. لطافت سـخنان این فرزانه سـخت کوش در مناسـبت های مختلف، امواج مردم را لبریز از شادی و نشاط در ایام عید و سرور معصومین علیهم السلام مینمود و جرعههای معرفت بسیاری در ایام رحلت و عزا در کام وجود آنان سرازیر میکرد».(۲)

۱- آرای دانشمندان مسلمان در تعلیم و تربیت و مبانی آن، ج۲، ص۷۱.

۲- سید علیرضا ریحان یزدی، آیینه دانشوران، ص ۳۵۱.

باز نقل شده است میرفندرسکی، از علمای معروف، با پادشاه هند که او را «ظل الله» یعنی «سایه خدا» می نامیدند، ملاقات کرد. پادشاه از او مسائلی سؤال کرد؛ از جمله اینکه پرسید: شنیده ام یکی از ویژگی های پیامبر این بوده که سایه نداشته است. میر جواب داد: «این درست است. تازه خدا هم سایه ندارد»!(۱)

باز نمونه حکمت آمیز دیگر، رفتار آقاجمال خوانساری است. «آقاجمال خوانساری، فقیهی مردمی، نیک گفتار، عالی مقام، خوش فکر، بلندنظر، زیباصورت، پرهیزکار، شوخ طبع و نمکین بود. این عوامل موجب علاقه شدید مردم به وی شده بود. او با همه افراد، از پایین ترین طبقات مردم عادی گرفته تا امیران و سلاطین صفوی، معاشرت داشت و خود را در این رفت و آمدها در چارچوب تشریفات و تعارفات معمولی گرفتار نمی کرد. وی با خواص و عوام با زبانی شیرین و گفتاری ملیح گفت و گو می کرد و بدین وسیله با انسان ارتباط نزدیک برقرار می کرد و در هدایتشان می کوشید.(۲) آقاجمال، مجتهدی خوش محضر، فقیهی پرحافظه و عالمی حاضرجواب بود. او در فکاهیات و مطایبه، کم نظیر و در سخن گفتن، استاد بود. این مجتهد نیکوصورت و زیباسیرت هیچ گاه سخن یا مزاح کسی را به خانه نبرد».(۳)

این عالم وارسته، از طرف حاکمیت برای قضاوت انتخاب شده بود و سالی چهارهزار تومان به او داده می شد تا قضاوت کند. روزی که یکی از اعیان دولت خدمت ایشان بود، فردی از ایشان سؤالی کرد. خوانساری گفت: نمی دانم. سپس فرد دیگری آمد و سؤالی کرد. ایشان گفت: نمی دانم. این ماجرا تا چهار نفر تکرار شد. فردی که از طرف دولت آمده بود، گفت: شما سالی چهار هزار تومان

۱- سید نعمت الله حسینی، مردان علم در میدان عمل، ج ۵، ص ۴۷۸.

۲- عبدالرحیم عقیقی بخشایشی، فقهای نامدار شیعه، ص ۲۶۰.

۳- م. جرفادقانی، علمای بزرگ شیعه از کلینی تا خمینی، ص ۱۷۵.

می گیرید که بدانید، اما اینجا هرکس سؤال می کند، جواب آن را نمی دانید. آقاجمال فرمود: من آن چهارهزار تومان

را برای آن چیزهایی می گیرم که می دانم. اگر قرار باشد برای آنچه نمی دانم، پول بگیرم، همه خزانه شاه هم کم است.(۱)

روزی شنید که دو نفر از متولیان یکی از مساجد در تولیت مسجد مشاجره و مجادله و بالاخره مصالحه کرده اند که مسجد را از وسط دیوار بکشند و هریک، متولی سهم خود باشند. آقاجمال برای توجه دادن آنان به کار زشتشان که مطمئناً از طریق گفت وگوی رو در رو حل نمی شد، به طور غیرمستقیم عمل کرد، بدین ترتیب که یک نفر را مأمور کرد به رسم آن روز، شال عزا به گردن اندازد و سوار اسب شود و به اهل شهر اعلان کند که آقاجمال خوانساری در فلان مسجد اقامه تعزیه دارد؛ همه حاضر بشوید. علما، اکابر، کسبه و دیگر طبقات مردم در مسجد حاضر شدند و بعد از قرائت فاتحه و تعزیت و تسلیت و صرف چای سؤال کردند مجلس فاتحه برای کیست؟ آقاجمال فرمود: «خداوند عالم مرحوم شده، مجلس ترحیم مرحوم خداوند است!» همه تعجب کردند و گفتند: «آقا! این چه فرمایشی است!» فرمود: «اگر خداوند از دنیا نرفته، پس چرا خانه او را مثل متروکات مرده ها تقسیم نموده اند!» آن دو نفر از شنیدن این سخن بسیار خجالت کشیدند و دیوار را از وسط مسجد برداشتند.(۲)

درباره لحظه‌های شاد در زندگی مؤسس حوزه علمیه قم نیز مطالب بسیاری نقل شده است؛ از جمله اینکه روز هشتم ربیع، شاگردان حاج شیخ عبدالکریم حائری، به قصد شوخی، هر یک به حضور آن عالم جلیل القدر رسیدند و عرض کردند که فردا روز نهم ربیع الاول است، بهتر است درس را

۱- سید محمدعلی حسینی و دیگران، دانشمندان خوانسار، ص ۲۲۵.

۲- همان.

تعطیل نفرمایید. شیخ نیز چون اصرار طلاب را مشاهده کرد، با این پیشنهاد موافقت کرد. صبح ابتدا خادمش، کربلایی علی شاه را فرستاد ببیند طلاب برای درس حاضر شده یا صرفاً شوخی کرده اند. خادم رفت و برگشت و گفت همه آماده اند که شما حضور یابید. شیخ در کلاس حاضر شد و بالای منبر رفت، اما هنگامی که درس را شروع کرد، طلبه ها بر اساس نقشه قبلی یکی یکی کلاس را ترک کردند و شیخ تنها ماند. طلاب بیرون کلاس به خندیدن مشغول بودند که شیخ هم به آنها ملحق شد و پس از مدتی خندیدن گفت: خوب خنده تان را کردید و به هدفتان رسیدید؛ بهتر است که برویم و درس را شروع کنیم که این فرصت، غنیمت است. همه تصدیق کردند و به کلاس بازگشتند و شیخ هم بر منبر نشست. همین که همه کتاب ها و همچنین قلم ها و دفترها را به منظور نوشتن مهیا کردند، شیخ از منبر به پایین آمد و گفت: خداحافظ شما!(۱)

امام خمینی رحمه الله به تفریح و شادی اهمیت زیادی می دادند. به برخی از فرزندانشان سفارش می کردند که تفریح داشته باش، اگر تفریح نداشته باشی نمی توانی خودت را برای تحصیل آماده کنی و هنگامی که می دیدند در روز تعطیل مشغول درس خواندن هستند فرمودند. به جایی نمی رسی چون باید موقع تفریح، تفریح کنی و می فرمودند: باید در ساعت تفریح درس نخوانید ودر ساعت درس تفریح نکنید و مکرر فرمودند: من در طول زندگی نه یک ساعت تفریح را برای درس گذاشتم و نه یک ساعت درس را برای تفریح.(۲)

از این موارد در زندگی علما و بزرگان دین بسیار زیاد است. در یک تحلیل کلی و نگاه فراگیر می‌توان انطباق و هم خوانی آنها را با مبانی دینی و

۱- مردان علم در میدان عمل، ج ۴، ص ۴۶۷.

۲- غلام علی رجایی، برداشت هایی از سیره امام خمینی=، ج ۱، ص ۶۰.

اسلامی مشاهده کرد که هم با هدف و نیت ایجاد شادی و سرور در قلب افراد و هم بدون انجام هرگونه فعل حرام یا مکروهی صورت می گرفت و از سویی این فعل یا سخن شادی آور و نشاط افزا در خدمت تکامل معنوی و روحی فرد یا دیگران بود. به تعبیر استاد علامه جعفری:

با این فرض که همه عقلای عالم به وجود یک عده امور جدّی معتقدند، بایستی شوخی‌های ما به صورت استراحت‌هایی باشد که برای تکاپو در کار و فعالیت لازم می دانیم. آری، بایست شوخی کنیم، اما ضمناً باید بدانیم که این شوخی در حقیقت مانند بیرون آمدن از کشتی است که در سطح اقیانوس زندگی در حرکت است و گام گذاشتن به صندوق مقوایی است که در روی امواج اقیانوس، بی اختیار جست وخیز می کند. ممکن است این کار خنده آور، تلخی یکنواخت بودن حرکت کشتی و تماشا به دستگاه و ساکنین کشتی را به دست فراموشی بسپارد، اما نباید فراموش کرد که درنوردیدن پهنه بی کران دریا، احتیاج به همان کشتی مجهز دارد که حتی کوچک‌ترین پیچ و مهره اش هم به طور جدّی منظور شده است.(۱)

۴. اهمیت شادی بخشیدن به دیگران

۴. اهمیت شادی بخشیدن به دیگران

یکی از ویژگی‌های برجسته دین مبین اسلام در موضوع شادی و نشاط آن است که در تعالیم انسان‌ساز آن، تنها به شادی فرد توجه نشده، بلکه به شادکردن دیگران و نشاط‌آفرینی در اجتماع نیز به عنوان یک ارزش اخلاقی و انسانی توجه بسیاری شده است. حتی گاه به شادی و نشاط جمعی بیشتر سفارش شده است. شاید دلیل آن باشد که در پرتو شادی و نشاط جامعه، شادی‌های فردی نیز تأمین می شود. روایت هایی که در این بخش به آنها اشاره می‌کنیم، به خوبی و با دلالتی روشن، این مطلب را تأیید می کند:

۱- محمدتقی جعفری تبریزی، تفسیر و نقد و تحلیل مثنوی، ج ۱۶، ص ۱۴۷.

یکی از اصحاب از رسول خدا صلی الله علیه و آله پرسید: «آیا در اینکه با دوستان خود شوخی می‌کنیم و می‌خندیم، اشکالی هست؟» حضرت فرمود: «اگر سخن ناشایستی در میان نباشد، اشکالی ندارد».(۱)

همچنین وجود مقدس پیامبر اعظم صلی الله علیه و آله درباره ایجاد سرور و شادمانی در جامعه ایمانی فرمود: «محبوب ترین اعمال نزد خدا، شاد کردن مؤمنان است».(۲)

باز آن وجود مقدس فرمود: «کسی که مؤمنی را خوش حال کند، مرا خوش حال کرده است و آن کس که مرا خوش حال کند، موجب رضایت و خوش حالی خدا شده است».(۳)

امیر مؤمنان، حضرت علی علیه السلام نیز در حکمت ۲۵۷ نهج البلاغه می فرماید: هرکس دلی را شاد کند، خداوند از آن شادی به‌وجود آمده، لطفی برای او قرار دهد که هنگام مصیبت و گرفتاری همچون آب زلالی بر او باریدن می گیرد و تلخی مصیبت را می زداید.(۴)

مولای متقیان، حضرت علی علیه السلام در سخنی دیگر می فرماید: «شادمانی، گشایش خاطر می آورد»(۵) و «اوقات شادی، غنیمت است ».(۶)

بانوی بزرگ اسلام، حضرت فاطمه زهرا علیها السلام فرمود: «بهترین عمل نزد خداوند، شاد کردن قلب انسان مؤمن، سیر کردن شکم گرسنه و برطرف کردن غمی از انسان غم زده است».(۷)

این روایت‌ها بیانگر این حقیقت است که شاد کردن مؤمن، از محبوب ترین عبادت‌ها نزد خدای متعال است. در برخی روایت ها برای اینکه

۱- کافی، ج ۲، ص ۶۶۳.

۲- محمد محمدی ری شهری، میزان الحکمه، ج ۹، ص ۱۴۱.

۳- کافی، ج ۲، ص ۱۸۸.

۴- محمد دشتی، ترجمه نهج البلاغه، ص ۱۰.

۵- غررالحکم و دررالکلم، ح ۲۰۲۳.

۶- همان.

۷- علی اکبر بابازاده، تحلیل سیره فاطمه زهرا، ص ۵۷.

مردم به شاد کردن برادران ایمانی شان تشویق شوند، چنین آمده است که امام صادق علیه السلام فرمود: «اگر یکی از شما برادر ایمانی خود را شاد کرد، فکر نکند که فقط او را شاد کرده است، بلکه به خدا قسم، ما را شاد کرده است. به خدا قسم، این شادی را در دل رسول الله صلی الله علیه و آله وارد کرده است».(۱)

از امام محمد باقر علیه السلام نقل شده است: «خداوند دوست می‌دارد کسی را که در میان جمع بدون بهره‌گیری از الفاظ رکیك و اهانت‌آمیز شوخی می کند».(۲)

باز از آن حضرت نقل شده است:

تبسم کردن (لبخند زدن) پیش روی برادر مؤمن و همچنین رفع نگرانی از او، رفتاری نیك است و خداوند، بندگی نشده است با رفتاری که نکوتر و محبوب‌تر نزد وی از شادی بخشی نسبت به مؤمنان باشد.(۳)

از امام صادق علیه السلام نقل شده است که از اصحاب خویش پرسید: آیا با هم شوخی می کنید؟ در پاسخ گفتند: در مواردی اندك. امام فرمود: «این گونه نباشید؛ چرا که شوخ طبعی از اخلاق نیك است و تو به این وسیله برادرت را شاد می کنی. همانا رسول خدا مستمراً با افراد شوخی می‌کرد و قصد او شاد کردن آنان بود».(۴)

آن حضرت که به نقل از نیاکان پاکش، از رسول خدا صلی الله علیه و آله نقل می کند: «حقیقتاً پسندیده‌ترین کارها نزد خدا، شادی بخشیدن به مؤمنان است».(۵)

در روایتی دیگر، با سند صحیح، از حضرتش نقل شده است پسندیده ترین کارها نزد خدا، شاد کردن مؤمن است، مثل سیر کردن او یا برطرف کردن اندوه و گرفتاری او یا ادای وام و قرض او.(۶)

۱- کافی، ج۲، ص ۱۸۹.

۲- همان، ص ۶۶۳.

۳- همان، ص ۱۸۸.

۴- همان، ص ۶۶۳.

۵- همان، ص ۱۸۹.

۶- نك: همان، ص ۱۹۲.

یونس شیبانی گفت:

امام صادق علیه السلام به من فرمود: «چگونه با یکدیگر شوخی می کنید؟» گفتم: «کم شوخی می کنیم.» فرمود: «چرا با هم شوخی نمی کنید؟ همانا این عمل از حسن خلق است و با آن می توانی برادر مؤمنت را شاد کنید و پیامبر با دیگران شوخی می کرد تا آنها را شاد کند».(۱)

در روایت دیگری، امام صادق علیه السلام می فرماید: «مؤمنی نیست، مگر آنکه مزاح کند و پیامبر خدا مزاح می فرمود، اما جز حق به زبان نمی‌آورد».(۲)

معمر بن خلاد گفت:

از امام رضا علیه السلام سؤال کردم: جانم به فدایت! فردی در بین عده‌ای است و در بین سخنانش مزاح می کند و می‌خندد و می‌خنداند، آیا اشکالی ندارد؟ امام فرمود: اگر چیزی نباشد، مانعی ندارد. (راوی می گوید احساس کردم که منظور ایشان ناسزا بود.) سپس فرمود: مرد عربی نزد پیامبر آمد و هدیه ای برایشان آورد و گفت: پول هدیه‌ام را بده. پیامبر خندید و هرگاه ایشان غمگین می‌شد، می‌فرمود: آن مرد اعرابی چه شد؟ ای کاش می آمد!(۳)

تصوری که ما از انسان‌های معنوی داریم، این است که آنها انسان های خاصی هستند که کمتر اهل خنده و شادی اند، بیشتر ناراحتند. برخی، خنده و شوخی را کار بیهوده و حتی مایه مرگ قلب می‌دانند و برای اثبات دیدگاه خود به برخی احادیث استناد می کنند و می گویند: «ایّاک و المزاح فإنّها تموت القلوب.» برخی دیگر هم که به بیهوده بودن این امر اعتقاد راسخی دارند، می گویند که خداوند در آیه ۸۲ سوره توبه می فرماید: «فَلْيَضْحَكُواْ قَلِيلًا وَلْيَبْكُواْ

ص:۸۵

۱- حسین استادولی، ترجمه سنن النبی، ص ۳۷.

۲- همان.

۳- همان.

كَثِيرًا جَزَاء بِمَا كَانُواْ يَكْسِبُونَ؛ از این پس کم بخندند و به جزای آنچه به دست می آورند، بسیار بگریند».

صرف نظر از تعبیر و تفسیرهایی که درباره این متون شده است و نمونه ای از آن را در مورد شهید بهشتی نقل کردیم، حقیقتی که در سیره حبیب خدا، پیامبر بزرگ اسلام و عترت طاهرینش وجود دارد، چیزی غیر از نگرش‌های بالا را نشان می‌دهد. اگر درست بیندیشیم، درمی یابیم این هم یکی از زمینه هایی است که می تواند درِ دیگری از معنویت را به روی ما باز کند. نکته مهم در اینجا این است که باید اعتدال را در خندیدن و خنداندن حفظ کرد و در محتوای شوخی هم نباید دچار خطا شد. اینکه به دیگران بخندیم یا دیگران را مسخره کنیم، شخصیتشان را بشکنیم، بی‌آبرو شدنشان را دستاویز خنده و شوخی قرار دهیم یا با توهین و ناسزا بستن به دیگران، اسباب خنده خود و دیگران فراهم آوریم، نادرست است. این کار شوخی نیست، بلکه شکستن دل یک انسان و سبک کردن شخصیت اوست؛ چیزی که نه خدا دوست دارد، نه پیامبر خدا و اهل بیت پاکش و اخلاق و وجدان انسانی نیز آن را نمی پذیرد. بی شک، چنین چیزی نمی تواند زمینه ساز کمال و رشد معنوی باشد.

اگر شوخی کردن، خندیدن و خنداندن، با گناهانی که گفته شد، آلوده نشود، نه تنها شادی و خوش حالی را برای ما به ارمغان می‌آورد، بلکه پیروی از سنت نبوی و علوی است و عمل به سنت نبوی و پیروی از آن بزرگوار سبب تقرب به خدای سبحان است.

جست وجو در میان روایت ها و احادیث به جای مانده از پیشوایان دینی درباره شادی، نشاط و شوخی، گاه انسان را به این نتیجه می‌رساند که یکی از ویژگی‌های انسان مؤمن باید شادی و شوخ طبعی باشد. به این روایت ها توجه کنید:

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله یکی از صفات مؤمن را شوخ طبعی و زنده دل بودن می دانست.(۱) و رسول اکرم صلی الله علیه و آله می فرمود: «مؤمن، شوخ و شاداب است».(۲)

همچنین امام جعفر صادق علیه السلام فرموده است: «هیچ مؤمنی نیست که شوخی در طبع او نباشد؛ شوخ‌طبعی بخشی از حسن خلق است».(۳)

آن بزرگواران نه تنها خودشان می‌خندیدند، می‌خنداندند و به دیگران اجازه می‌دادند با آنها شوخی کنند، بلکه همواره سفارش می‌کردند مؤمنان در شاد کردن و خنداندن و ایجاد سرور و شادی بکوشند. پیامبر عزیز ما همیشه متبسم بود. حتی در حال سخن گفتن، خنده از لبان مبارکشان محو نمی‌شد.(۴)

مطلب آخر اینکه جمع میان روایت هایی که از شوخی کردن پرهیز می دهند و روایت هایی که آن را از اخلاق پیامبر می‌دانند یا جایز می شمارند، عبارت است از:

۱. حفظ تعادل در مقدار شوخی به نوعی که انسان به موجودی تبدیل نشود که همه زندگی‌اش خنداندن دیگران باشد.

۲. حفظ شوخی و شادی از گناهان و بی‌اخلاقی‌ها یا رفتارهای ناشایست.

یکی دیگر از مسائلی که برای درک اهمیت شادی مفید به نظر می‌رسد، مطالعه موضوع مقابل شادی، یعنی حزن و اندوه است که در متون شریعت نکوهش گشته و به روش‌های مختلف، بر ناپسند بودن آن تأکید شده است. در متن قرآن، مطلوب نبودن «حزن و اندوه» نزد خدا و خلق او تصریح شده است. اگر حزن امری پسندیده بود، منتفی شدن آن در عاقبت امر بندگان خدا، ناپسند شمرده می‌شد و یادآوری این نکته که حزن به عنوان نعمت و پاداش الهی به

۱- نک: همان، ج ۷۴، ص ۱۵۳.

۲- محمدحسن حرانی، تحف العقول، ص ۴۹.

۳- کافی، ج ۲، ص ۶۶۳.

۴- نک: ترجمه سنن النبی، ص ۳۷.

شمار نمی آید، بی معنا بود. این تصریح‌ها و همچنین روایت های دیگری که شمار آنها بسیار است، بر جایگاه و اهمیت شادی بخشی مؤمنان نسبت به یکدیگر دلالت دارند.

۵. تفاوت نشاط با شادی از دیدگاه اسلامی

۵. تفاوت نشاط با شادی از دیدگاه اسلامی

شادی و نشاط ارتباط تنگاتنگی با یکدیگر دارند، به گونه ای که شادی را می توان یکی از عوامل نشاط دانست. حضرت علی علیه السلام می فرماید: «السُّرورُ یَبسُطِ النَّفسَ وَ یُثیر النِّشاطَ؛ شادی باعث انبساط خاطر و سبب نشاط انسان می شود.»(۱) در بیشتر اوقات، این دو واژه را به یک مفهوم در نظر می گیرند، ولی میان این دو حالت روانی انسان، تفاوت وجود دارد. شادی که معادل عربی آن، فرح و سرور است، به معنای خوش حالی و خشنودی است که نمود آن بیشتر در خنده و تبسم است، ولی نشاط و شادابی به معنای سرحال بودن و سرزندگی و میل و رغبت به کار داشتن است که در فعالیت و تکاپو آشکار می شود. ازاین رو، می توان گفت گاهی نشاط و شادی، هر دو با هم جمعند و آن زمانی است که فرد هم شاد است و هم سرحال و بانشاط و زمانی از هم جدایند؛ یعنی گاهی فردی بانشاط و سرحال است، ولی شاد نیست. به عبارتی، او کارهای خود را با میل و رغبت انجام می دهد، ولی خندان نیست، مانند پیامبران که از گمراهیِ دیگران ناراحتند و با این حال، با نشاط به ارشاد آنان می پردازند و چون به وظیفه خویش عمل کرده اند، لذت می برند. در مقابل، گاهی فردی شاد و خندان است، ولی نشاط لازم برای انجام امور خود را ندارد، مانند فرد افسرده ای که بر اثر عوامل خارجی برای چند لحظه خندان است. دلیل ما بر این تفاوت، روایت های زیر است که با تکیه بر آنها می توان به روشنی به گونه گونی این دو واژه رسید:

۱- غررالحکم و دررالکلم، ج۱، ص۱۰۷، ح۲۰۴۵.

۱. امام جعفر صادق علیه السلام می فرماید: «یکی از لشکریان عقل، نشاط، ضد آن ــ یکی از لشکریان جهل ــ کسالت است و شادی ضد آن اندوه است».(۱)

امام در این روایت، شادی و نشاط را جدای از یکدیگر بیان کرده و هریک را از لشکریان عقل به شمار آورده است.

۲. حضرت علی علیه السلام می فرماید: «به عمل [خود] ادامه بده، چه در حال نشاط و چه در حال سستی و کاهلی».(۲)

۳. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله نشانه های ریاکار را چنین برمی شمارد: «ریاکننده سه علامت دارد: وقتی تنهاست تنبل و بی حال است، وقتی کسی نزد اوست، بانشاط و سرحال است و دوست دارد در همه کارها ستایش شود».(۳)

این روایت ها، نشاط را در برابر کسالت بیان کرده اند. بنابراین، از مقابله این واژه ها درمی یابیم که در روایت ها، نشاط به معنای سرزندگی، فعالیت، جنب وجوش و حال و حوصله داشتن برای کارها به ویژه انجام عبادت است. علامه مجلسی در ادامه روایت سوم می گوید: «نشاط گاهی پیش از عمل بوده و موجب شروع در عمل می شود و گاهی پس از شروع کار بوده و باعث تطویل و نیکو به جا آوردن آن می شود».(۴)

در روایت های فراوانی، کسالت نهی شده و دلیل آن نیز چنین بیان شده است: «از تنبلی بپرهیزید؛ زیرا تنبلی ضرر دنیا و آخرت را به دنبال دارد، کلید هر شر است و موجب کم بهره بردن از دنیا می شود».(۵)

افزون بر اینکه از معنای لغت نیز می توان به این دوگانگی دست یافت: «نَشِطَ» (نَشاط) یعنی سرزنده بودن، بانشاط بودن، پرکار بودن، شاد بودن، خوش

ص:۸۹

۱- اصول کافی، ج۱، ص ۲۰.
۲- بحارالانوار ج ۷۷، ص ۲۳۸.
۳- همان، ج ۷۲، ص ۲۸۸.
۴- همان.
۵- همان، ج ۷۸، صص ۱۷۵و ۱۸۰ و ۱۸۷ و ۱۹۹ و ۳۲۱.

بودن (یا شدن)، تحرک داشتن، پرشور بودن، ذوق و شوق داشتن؛ و «النشاط فی» یعنی فعال بودن، پرجنب وجوش بودن، نیرو به خرج دادن؛ و «النشاط لِـ» یعنی علاقه داشتن، هیجان داشتن (نسبت به کاری)، ذوق و شوق به خرج دادن، ... .(۱)

۶. انواع شادی

اشاره

۶. انواع شادی

اگر بخواهیم انواع شادی و نشاط را برشماریم، ابتدا باید روشن شود با چه دیدی به شادی و نشاط می‌نگریم؛ زیرا شادی و نشاط را از جنبه‌های مختلف به انواع گوناگونی می توان تقسیم کرد. در اینجا به برخی از این انواع، نگاهی اجمالی و گذرا می‌افکنیم.

الف) شادی‌های طبیعی و اکتسابی

الف) شادی‌های طبیعی و اکتسابی

انسان از آغاز پیدایش خود، به‌تدریج، شادی‌ها و لذت‌های گوناگونی را تجربه می‌کند. برخی این شادی‌ها، خودبه خود، به‌صورت طبیعی حاصل می شود و برخی دیگر از شادی ها را نیز باید انسان خود به دست آورد و به خودی خود حاصل نمی‌شود. با این توضیح، می‌توان شادی‌های نوع نخست را شادی‌های طبیعی و نوع دوم را شادی‌های اکتسابی نامید.

ب) شادی های پایدار و گذرا

ب) شادی های پایدار و گذرا

برخی شادی‌ها از لحاظ زمانی، گذرا هستند؛ یعنی انسان را به مدت کوتاهی شاد نگه می‌دارند و پس از مدتی از بین می روند، مانند بیشتر شادی‌هایی که به وسیله عوامل مادی به دست می‌آیند و گاه پی آمدهای بدی مثل غم و اندوه و ناامیدی برای انسان دارند. در این زمینه، به گفتار حضرت علی علیه السلام می‌توان اشاره کرد که می فرماید: «چه بسیار شادی‌هایی که فرد را به اندوه ابدی می‌کشاند.»(۲)

ص:۹۰

۱- آذرتاش آذرنوش، فرهنگ معاصر عربی ـ فارسی، ص ۶۹.

۲- آقاجمال خوانساری، شرح غررالحکم و دررالکلم آمدی، ج ۴، ص ۵۵۴.

ازاین رو، بایـد این نوع شـادی‌هـا را شادی‌های گـذرا، ناپایـدار یا در برخی انواع و مصـداق ها، شادی های کاذب نام نهاد. در مقابل، برخی شادی‌ها پایـدار هسـتند و به راحتی از انسان جـدا نمی‌شونـد، به گونه ای که هر چه از مـدت آنها می گـذرد؛ در نفس انسان، پایـدارتر و ماناتر و با زنـدگی انسان عجین می‌شوند. حتی می‌توان گفت تأثیر مثبت آنها در زندگی انسان بیشتر و بیشتر می‌شود. این نوع شادی‌ها را شادی‌های پایدار، اصیل و ماندگار می‌توان نام نهاد.

اگر در دسـتورهای دینی دقت کنیم، درمی‌یابیم آموزه‌های دینی می‌کوشند تا انسان به شادی‌های پایدار دست یابد. البته اسلام مخالف شادی‌های گذرا و کوچک نیست، ولی هدف اصـلی اسـلام، پایدار کردن شادی‌های انسان است؛ شادی‌هایی که حتی در حیـات اخروی نیز بـا او باشـند. بر این اسـاس، آموزه هـای دین مبین اسـلام به انسـان دربـاره ناپایـدار بودن برخی شادی ها هشدار داده است. برای مثال گفته شده است: «شادمانی واقعی مؤمن در طاعت الهی اسـت(۱) و عید او آن روزی است که فرد در آن روز گناهی انجام نداده است».(۲)

ج) شادی های مثبت و منفی

ج) شادی های مثبت و منفی

شـادی‌هـایی که پیش از این برشـمردیم، ممکن است مثبت یـا منفی باشـند، ولی ملاک مثبت و منفی بودن شادی چیست؟ این نوشته به نـوعی در پاسخ به این پرسـش مهم شـکل گرفته است و در فصـل‌هـای مختلـف به پاسخ آن خواهیم رسـید، ولی به صورت اجمـالی بایـد گفت همه پدیـده‌هـای مرتبط با زنـدگی فردی و اجتماعی اگر در خـدمت کمال معنوی و مادی انسان و مسیر پیشرفت و تعالی او به کار آیند و پیمودن این مسیر انسان را هموار سازند و

۱- نک: غرر الحکم و دررالکلم، ص ۳۱۹.

۲- نک: سید شریف رضی، نهج البلاغه، حکمت ۴۲۸.

انسان را به جایگاه بایسته و شایسته خود برسانند، مثبت، پسندیده و سفارش شده‌اند. اگر این پدیده‌ها، انسان را از این مسیر دور سازند یا زمینه های سقوط و دوری او را از کمالات انسانی فراهم کنند، ناپسند و نکوهیده خواهند بود. شادی نیز از این قاعده بیرون نیست. اگر انسان با شادی و نشاط بتواند به مرزهای کمال و پیشرفت نزدیک شود و با این عنصر تحرک‌آفرین بر دشواری‌های راه سعادت خود پیروز آید، این شادی و نشاط، مثبت و پسندیده خواهد بود و اگر این شادی و نشاط به این هدف او کمکی نکند یا مانعی بر سر راه تکامل معنوی او شود، ناپسند و منفی خواهد بود. همان گونه که در صفحه‌های دیگر این نوشته خواهیم دید، همه تعالیم اسلامی همواره با توجه به این معیار، مرز شادی‌های مطلوب و نامطلوب را با این شاخص از هم جدا کرده اند. در آیات قرآن و گفتار نورانی معصومان علیهم السلام و سیره رفتاری آن بزرگواران نیز این دو رویکرد را نسبت به شادی مشاهده می‌کنیم.

د) شادی‌های دنیوی و اخروی

د) شادی‌های دنیوی و اخروی

برخی نیز شادی‌ها را از لحاظ دنیوی یا اخروی بودن، دو نوع دانسته‌اند که برخی از آنها مربوط به حیات دنیوی انسان و این جهانی است و برخی دیگر اخروی و مربوط به حیات ابدی انسان در آخرت است. به تعبیری، همان گونه که حیات انسان تک ساحتی نیست و گذشته از حیات جاری دنیوی، حیاتی ابدی و جاودانی نیز دارد، امور و پدیده‌های مربوط به او هم می‌تواند از این دو ساحت برخوردار باشند. کسانی که این تقسیم را درباره شادی و نشاط پذیرفته‌اند، معتقدند برخی شادی‌ها و نشاط‌ها مربوط به ابعاد دنیوی انسان است و به تعبیری، منحصر در دنیای

خاکی اوست و قادرند او را تا پایان عمر دنیوی شاد کنند، ولی برخی شادی‌ها و نشاط‌ها، منحصر و محدود در حیات دنیوی نیستند، بلکه این ظرفیت و قابلیت را دارند که برای انسان، شادی و نشاط اخروی را نیز به ارمغان بیاورند.

در برخی متون دینی تصریح شده است جایگاه شادی‌های دنیوی دنیاست و محل شادی‌های اخروی که از نظر ماهیت با شادی‌های دنیوی، متفاوت و از نظر ارزشمندی با آن قابل مقایسه نیست، آخرت است. شادی‌های دنیوی مثال‌های گوناگونی دارند، ولی شادی‌های اخروی، شادی‌هایی است که در پرتو افعال معنوی انسان به دست می‌آید و شیرینی و شادی آن افزون بر این دنیا، در حیات اخروی انسان نیز با اوست.

ه) شادی‌های جسمانی و روحانی

ه) شادی‌های جسمانی و روحانی

در برخی متون میان شادی‌های جسمانی و شادی‌های روحی یا روحانی فرق قائل شده‌اند. شادی‌های جسمانی را از سنخ شادی‌هایی دانسته‌اند که با حواس انسان قابل درک و تجربه است، مانند بسیاری از شادی‌هایی که ما به صورت معمول احساس یا تجربه می‌کنیم. در مقابل، شادی‌های روحی یا روحانی را شادی‌هایی دانسته‌اند که با جنبه روحی خود ادراک می‌کنیم. بسیاری معتقدند بهترین و پایدارترین شادی‌ها آن است که احساس لذت و رضایت روحی را برای انسان به ارمغان آورد؛ زیرا این شادی با ناملایمات جسمی و حیوانی و تجربه رنج ها و سختی‌ها از بین نمی‌رود. لذت ها و شادی‌هایی که برای انسان از نظر مادی رخ می‌دهد و مربوط به جنبه حیوانی اوست، مدت دار است و ممکن است با هر ناملایمت و ناخرسندی به پایان برسد و اثر خود را از دست بدهد.

و) شادی‌های موهوم و حقیقی

و) شادی‌های موهوم و حقیقی

در تقسیمی دیگر، شادی و نشاط را به واقعی و موهوم می‌توان دسته بندی کرد. منظور از شادی‌های واقعی، آن دسته از شادی‌ها و نشاط‌هایی است که انسان را به ابتهاج، فرح، خوشایندی و رضایت مندی پایدار و حقیقی می رسانند و آثار آن بر روح، روان و جسم آدمی مدت‌ها باقی است و در پرتو آن شادی، رنج و غصه از انسان دور می‌شود. در مقابل، شادی موهوم، شادی و نشاطی است که انسان در قوه وهم و خیال خود، آن را شادی می‌داند و در پرتو آن شادی و نشاط، غم یا غصه‌ای از انسان برطرف نمی شود و احساس رضایت مندی و خوشایندی حقیقی و پایداری در انسان پدید نمی‌آید. حتی گاه این نوع شادی و نشاط با رنج، غصه و ناملایمات روحی بعدی همراه است؛ مانند: شادی کاذب و وهمی ناشی از استفاده از مواد شیمیایی روان‌گردان.

ز) شادی‌های حسی، خیالی و عقلی

ز) شادی‌های حسی، خیالی و عقلی

«ابن سینا در یکی از کتاب‌های خود، با عنوان بهجت و سعادت، یکی از بهترین متون را در باب شادی و شادابی و ارتباط آن با لذت و رنج پدید آورده است. از جمله نکات مورد توجه ابن سینا این است که لذت و رنج، دارای مراتب بوده که برخی از آن حسی، بعضی خیالی و وهمی و بعضی دیگر مربوط به مراتب و مراحل برتر از آن است. ابن سینا می گوید: عوام بر این باورند که برترین لذت‌ها، حسی بوده و غیر از آن، همه لذت‌های ضعیف، خیالی و غیرحقیقی هستند. او در ابطال این پندار، به این نکته تذکر می دهد که چه بسیارند افرادی که برای تأمین لذت‌های خیالی خود، از لذت های حسی دست کشیده و بلکه مشقات و دردهای جسمانی را متحمل می شوند، غافل از اینکه این گونه لذت‌های خیالی تنها مختص به

انسان نبوده و در حیوانات نیز یافت می شود، چنان که یک سگ شکاری به رغم گرسنگی، شکار را حفظ کرده و به صاحب خود می رساند یا برخی حیوانات جان خود را برای دفاع از فرزندان خویش با طیب خاطر به خطر می اندازند.

سعادت، نوع خاصی از لذت است که با دخالت قوه عاقله پدید آمده و در آن، لذت‌ها، رنج‌ها و نتایج آنها سنجیده می شود. بنابراین، انسان تا به عرصه عقل و کمالات مربوط به آن وارد نشده و در محدوده حس، خیال، وهم و لذایذ آنها باقی بماند، به سعادت، حیات، شادی و شادابی متناسب به آن نمی رسد. لذا سعادت مراتب مختلفی دارد که ناشی از مراحل و شئون وجودی انسان است. هر مرتبه و شأنی از مراتب انسانی، لذت، نشاط، سرور و همچنین رنج، سختی، غم و اندوه متناسب با خود را دارد».(۱)

۷. ارزش اخلاقی شادی و غم۱

۷. ارزش اخلاقی شادی و غم(۲)

در این قسمت، می خواهیم بدانیم جایگاه شادی از دیدگاه اخلاق چیست و این گونه حالات از نظر اخلاقی چه ارزشی دارد؟ این حالات تا آنجا که غیر اختیاری باشد، از نظر اخلاقی، نه ارزش مطلوب دارد و نه نامطلوب، نه ارزش مثبت دارد و نه منفی. هر انسانی به صورت طبیعی وقتی متوجه خطری می شود، حالت ترس برای او پیش می آید و هنگامی که چیز مطلوبی تحقق پیدا کند، شادمان می شود. شادی هم امری طبیعی است، به گونه ای که برای انبیا و اولیای خدا هم چنین حالتی وجود داشته است. این حالات تا آنجا که یک انفعال طبیعی است، مدح و نکوهشی در پی ندارد، ولی ادامه

۱- گفت وگو با حمید پارسانیا، «دین خاستگاه شادی‌های پایدار»، فصلنامه کتاب زنان، ش ۱۴، ص۴۸.

۲- برگرفته از: محمدتقی مصباح یزدی، غم و شادی در قرآن؛ به نقل از: سایت فارس نیوز: http://www.farsnews.net.

این حالات و واکنش هایی که انسان انجام می دهد، از آن نظر که اختیاری است، ارزش های مثبت و منفی خواهد داشت. این حالات مانند همه حالات ادراکی، هنگامی تحقق پیدا می کند که انسان نسبت به آنها آگاهی داشته باشد.

بنابراین، در این گونه حالات و انفعالات نفسانی، جاهایی برای اختیار هست. یکی اینکه انسان ابتدا خودش فکر کند و از راه فکر کردن، آن حالت را پدید آورد که حدوثش هم اختیاری است و دیگری آنکه حدوثش غیراختیاری است، ولی بقا و استمرارش اختیاری باشد. همچنین ممکن است تشدید یا تضعیف این حالات، اختیاری باشد. برای مثال، کسی که توجه ضعیفی پیدا کرده و خوفی متناسب با آن برایش حاصل شده است، می تواند توجه اش را متمرکز کند یا در اثر متمرکز کردن توجه، حالت خوف تشدید شود. این هم نوعی عمل اختیاری در حالت نفسانی است. در این صورت است که وارد حوزه اخلاق می شود و می سزد که بگوییم کار خوبی انجام داده است یا کار بدی. آنچه بیش از همه با اختیار انسان ارتباط دارد، ترتب آثار عملی بر آن است که به دنبال این حالات، انسان باید بداند چه کار و چه رفتاری را انجام بدهد و چه عکس العملی در مقابل دیگران نشان دهد. در این موارد، به همان اندازه که انسان اختیار داشته باشد، به همان اندازه هم کار و عکس‌العمل او ارزش اخلاقی دارد. در شادی هم همین موضوع می‌تواند مبنای قضاوت باشد.

در اینجا پرسش این است که به صورت کلی، معیار خوبی و بدی چیست؟ معیاری که در همه موارد می توان بر آن تکیه کرد، این است که اگر یک عمل اختیاری سبب محروم شدن انسان از کمال برتری گردد؛ یعنی تزاحمی پیدا شود که اگر یکی از آنها را ارضا کند و به دنبالش برود، از

دیگری محروم شود، پس اگر آن دیگری مطلوبیت بیشتری داشته باشد، سبب می شود که اولی نامطلوب باشد؛ یعنی ارزش منفی دارد. بر عکس، اگر عملی موجب شود که انسان به خواسته های بیشتر، ارزنده تر و کامل تری برسد، مطلوبیت و ارزش مثبت خواهد داشت.

در اینجا نیز مطلب همین گونه است خوف، حزن، سرور، رجا، یأس و هر مفهوم دیگری، اگر در مواردی باشد که انسان را از کمالات دیگر باز دارد، آن حالت هم به صورت ذاتی، نامطلوب خواهد بود و به اندازه ای که اختیاری باشد، از نظر اخلاقی، ارزش منفی خواهد داشت. چون این حالات تابع عوامل و زمینه های پیشین و زیرین هستند، ارزش مثبت و منفی آنها هم تابع آنها خواهد بود. برای مثال، شادی در اثر یک عامل بیرونی، مطلوب است. حال باید دید مطلوبیت آن عامل چقدر است؟ آن مطلوب مربوط به دنیاست یا مربوط به آخرت؟ مربوط به بدن است یا مربوط به روح؟ شادی انسان از چه جهتی است و چه اثری بر آن مترتب می شود؟ با چه چیزهایی تزاحم پیدا می کند؟ شادی و سرور هم با این ملاک و شاخص قابل سنجش و قضاوت اخلاقی است: نخست از جنبه اختیاری افعال انسان سرچشمه بگیرد و نیز نسبت به متعلَق آن درباره اش قضاوت شود؛ یعنی عاملی که این شادی به سبب آن تولید می‌شود.

سرور و شادی هم گاهی سبب می شود انسان برای فعالیت و تلاش بیشتر انگیزه دوچندانی پیدا کند و فعالیت بیشتری انجام دهد؛ زیرا در حالت انبساط و شادی و نشاط، کار انسان بهتر پیش می رود، چه کار بدنی و چه کار فکری. پس اگر فرح و انبساطی باشد که به صورت ذاتی از به دست آوردن نعمتی و مطلوبی حاصل شود، سبب می شود انسان به فعالیت بیشتری بپردازد. چنین فرح و سروری، مطلوب است، ولی اگر سرور و شادی در

افراد سبب شود که از مصالح معنوی و اخروی غافل شوند، این دیگر فعلی اخلاقی و مورد ستایش نخواهد بود.

پس معیار در اینجا آن است که این حالات تا چه انـدازه در تکامل انسان تأثیر دارد. به عبارتی، به همان انـدازه که به تحصـیل کمالات بیشتر بینجامد، مطلوب و به اندازه ای که مانع و مزاحم باشد، نامطلوب است.

فصل دوم: حدود شرعی، عقلی و عرفی شادی و نشاط

فصل دوم: حدود شرعی، عقلی و عرفی شادی و نشاط

شادی و نشاط نیز همچون همه رفتارهای انسان نمی‌تواند بدون معیار، ضابطه و حد و مرز باشد؛ زیرا بر اساس جهان بینی الهی، هدف نهایی خلقت انسان، رسیدن به کمال و سعادت حقیقی است. ازاین رو، برای این هدف نهایی، هر پدیده‌ای که با انسان ارتباط پیدا می‌کند، دارای حدود، شرایط و اقتضائاتی است و بر این اساس، موضوع سفارش و تأکید یا نهی و تحذیر دین واقع می‌شود. شادی و نشاط نیز در این کلی می گنجد.

چنان که در صفحه‌های پیشین اشاره شد، روایت ها و احادیث بسیاری درباره مرزهای شادی و نشاط بیان شده است که قدر جامع آنها این مطلب است که اگر شادی و نشاط و سرور و شادمانی به منظور تحقق هدف نهایی خلقت انسان باشد که تکامل و سعادت اوست، و به این هدف کمک کند، شادی مطلوب و مورد عنایت دین است و اگر انسان را از این هدف والا و مهم دور سازد، نکوهیده است و دین از آن نهی می کند. در حقیقت، هر پدیده ای که انسان را از آرمان و غایت اصلی خویش دور سازد، به هیچ وجه

مقبول اسـلام نخواهـد بود. بنابراین، پدیـده شادی و عوامل آن، به عنوان یک نیاز اساسـی و ضـروری تا انـدازه ای روا و مجاز است که مانع نیل انسان به هـدف اصـلی اش نشود. اگر بخواهیم درباره حدود شـرعی شادی و نشاط معیاری کلی و جامع بیان داریم، بایـد بگوییم هرگونه شـادی و نشـاط در نظر شارع، حلال است، مگر آنکه متضـمن یا مسـتلزم یکی از محرمات شـرعی باشد و چون به همه محرمات شرعی که ممکن است در یک شادی و نشاط فردی یا جمعی روی دهد، نمی‌توان اشاره کرد، به مهم‌ترین آنهـا که در احـادیث و روایت هـای پیشوایـان دینی بـدان هـا اشـاره شـده است، نگاهی اجمالی می‌افکنیم. این موارد عبارتند از:

نیت و انگیزه باطل؛

آزار دادن دیگران؛

سخن یا رفتار اشتباه و بیهوده؛

تهمت؛

غیبت و عیب جویی؛

توهین و اهانت به خود یا دیگران؛

پای مال شدن حقی از حقوق انسان‌ها؛

از بین رفتن جان، مال یا آبروی دیگران؛

نکوهش، تمسخر یا استهزای دیگران؛

تحقیر دیگران؛

جلوگیری از معروف و خیر؛

رواج گناه و منکرات؛

توهین یا به سخره گرفتن اعتقادات و باورهای مذهبی؛

ص:۱۰۰

از بین رفتن وقار و سنگینی فرد به سبب کارها یا گفتار ناشایست؛

از دست رفتن هوشیاری و ایجاد غفلت.

پیشوایان دینی ما در سخنان و سیره خود، به خوبی مرزهای شوخی را نشان داده‌اند. برای مثال، همان‌گونه که در صفحه‌های پیشین نیز نقل کردیم، یکی از اصحاب از رسول خدا صلی الله علیه و آله پرسید: «آیا اگر با دوستان خود شوخی کنیم و بخندیم، اشکالی دارد؟» حضرت فرمود: «اگر سخن ناشایستی در میان نباشد، اشکالی ندارد.»(۱) اگر شوخی از حد خارج شود و به بیهودگی یا زیاده روی بینجامد، باز از نظر اسلام، عملی ناپسند خواهد بود، همان گونه که امیر مؤمنان، علی علیه السلام می فرماید: «هرکس بسیار شوخی کند، وقار و سنگینی او کم می شود.»(۲) امام صادق علیه السلام نیز می فرماید: «شوخی زیاد، آبرو را می برد.»(۳) حضرت علی علیه السلام در کلامی دیگر فرموده است: «من شوخی می‌کنم؛ اما جز حق نمی‌گویم.»(۴) آن حضرت در کلامی دیگر می فرماید: «هرکه مسخرگی بر او چیره آید، خردش تباه شود.»(۵) همچنین می فرماید: «دروغ را ترک گویید، چه شوخی و چه جدّی‌اش را.»(۶) در روایتی چنین وارده شده است: «خداوند، کسی را که در میان جمعی شوخی و بذله‌گویی می‌کند، دوست دارد، به شرط آنکه ناسزایی در سخنش نباشد.»(۷) در روایتی دیگر چنین می خوانیم: «شادی سه مرز دارد: وفاداری، رعایت حقوق مردم و هشیاری در سختی‌ها.»(۸) «شوخی زیاد، برای انسان دشمن می تراشد.»(۹) ازاین رو، «زیاده روی در شوخی، حماقت

۱- کافی، ج ۲، ص ۶۶۳؛ تحف العقول، ص ۳۲۳.

۲- غررالحکم و دررالکلم، ج ۴، ص ۵۹۱.

۳- اصول کافی، ج۲، ص۶۶۵.

۴- شرح نهج البلاغه، ج ۶، ص ۳۳۰.

۵- شرح غررالحکم و دررالکلم آمدی، ج۵، ص ۲۹۳، ح ۸۴۲۹.

۶- بحارالانوار، ج ۷۵، ص ۱۳۵.

۷- الکافی، ج ۲، ص ۶۶۳.

۸- تحف العقول، ص ۳۲۳.

۹- شرح غررالحکم و دررالکلم آمدی، ج۴ ص ۵۹۸، ح ۷۱۲۶ و ج۵، ص ۴۰۰، ح ۸۹۳۰.

است.»[(۱)] در نتیجه، «انسان کامل کسی است که جدّی‌اش از شوخی‌اش بیشتر باشد.»[(۲)] همچنین پیشوایان معصوم علیهم السلام سفارش کرده‌اند بکوشیم شادی ما در دنیا به قیمت از دست دادن سعادت آخرت نباشد.[(۳)] این نیز رهنمود آنهاست که سرمستی از گناه، به بدبختی و نابودی می‌انجامد.[(۴)]

در واقع، این سخنان، مرزهای شادی و نشاط را به خوبی روشن و ترسیم می کنند. بر این اساس، شادی، نشاط، خنده و تبسم که از مصداق های شادی و نشاط و نمود بیرونی آن است، نباید در مسیر کمال انسان و جامعه مانع ایجاد کند و انسان را از این مسیر، گمراه یا جدا کند و سبب ضعف، تحقیر، یا آسیب‌زدن به شخصیت یک مؤمن یا گروهی از مؤمنان و انسان‌ها یا حتی خود فرد شود. در حقیقت، شادی، نشاط، خنده و شادمانی، مطلوبیت طریقی دارد، نه مطلوبیت نفسی. توضیح این مطلب آن است که شادی و نشاط در اسلام، مطلوب است از آن جهت که راه را برای کمال و سعادت بیشتر و آسان‌تر انسان فراهم می کند، وگرنه شادی به تنهایی و بدون این غایت هیچ گونه مطلوبیتی نخواهد داشت.

قالب های نشاط و شادی، عوامل و ابزار آن نیز باید در شأن مقام انسان و آرمان های والای او باشد؛ زیرا گاه محتوایی مفید در قالبی نامناسب، نتیجه‌ای معکوس دارد و به همین دلیل، در روایت ها، قهقهه، از اعمال شیطان[(۵)] و تبسم، بهترین خنده دانسته شده است.[(۶)] زمان و مکان و همچنین موقعیت شادی نیز یکی از متغیرهایی است که در پسندیده بودن یا نکوهیده بودن آن دخالت دارد، به گونه ای که اگر زمان، مکان و موقعیت

۱- همان، ح ۱۱۸۴.

۲- همان، ج ۵، ح ۲۱۹۷.

۳- شرح نهج البلاغه، ج ۱۵، ص ۱۴۰.

۴- شرح غررالحکم و دررالکلم آمدی، ج ۴، ح ۵۲۸۱.

۵- نک: کافی، ج ۲، ص ۶۶۴.

۶- نک: شرح غررالحکم و دررالکلم آمدی، ج ۳، ص ۴۲۳، ح ۴۹۶۴.

شادی و نشاط با آن متناسب نباشد، نقض غرض خواهد شد. درباره مکان و زمان خنده، از رسول اکرم صلی الله علیه و آله نقل شده است:

کسی که بر جنازه ای بخندد، خداوند در روز قیامت پیش چشم همه، به او اهانت می کند و دعایش اجابت نمی شود و کسی که در گورستان بخندد، باز می گردد، درحالی که سختی بزرگی همانند کوه احد، برای اوست.(۱)

بر این اساس، برخی از روایت ها ــ که شادی و عوامل آن را نکوهش کرده اند ــ بیانگر نشاط و عواملی است که پا را از مرز و حدود شادی مطلوب از دیدگاه اسلام فراتر نهاده و به افراط و تفریط کشیده شده اند، وگرنه اسلام اصل شادی را نه تنها ناپسند نشمرده، بلکه آن را تأیید و به آن سفارش کرده است.

در یک جمع‌بندی می‌توان گفت حدود شرعی شادی، در حوزه‌های زیر قابل دقت و مطالعه است:

۱.هدف و غایت؛

۲.عوامل و انگیزه‌ها؛

۳.ابزار و وسایل؛

۴.زمان و مکان؛

۵.چگونگی و کیفیت؛

۶.پی آمدها.

ص:۱۰۳

۱- محمدرضا کاشفی، «آیا می توانم شاد باشم»، مجله پرسمان، سال سوم، ش ۱۹، ص ۱۴.

با آنچه گفته شد، حدود عقلی شادی و نشاط نیز تا اندازه‌ای روشن خواهد بود. برای اینکه ببینیم چه نوع شادی و نشاطی عاقلانه است، باید ببینیم از نظر اهل خرد چه شادی و نشاطی مورد ستایش و پسندیده است. به نظر می‌رسد اگر شادی و نشاط دارای یکی از ویژگی‌های زیر باشد، از نگاه خردمندان نکوهیده است و باید از دچار شدن به این نوع شادی پرهیز کرد:

شادی و نشاطی که برخاسته از هیجانات غریزی و کنترل ناشده انسانی باشد؛

شادی و نشاطی که بی‌هدف و بدون برنامه‌ریزی باشد؛

شادی و سروری که منجر به از دست رفتن سودی از خود یا دیگران شود؛

شادمانی و سروری که پی آمدهای منفی و مضر داشته باشد؛

شادی و سروری که در فعالیت‌ها و هدف های انسان تباهی و کاستی ایجاد کند؛

نشاطی که در پی آن حزن و اندوه باشد؛

شادی و نشاط در مکان یا زمانی که مناسب این حالت نیست.

از نگاه عرفی به موضوع نشاط و شادی باید چنین داوری کرد که به صورت طبیعی، معیارهای عرفی شادی و نشاط فردی و اجتماعی بسته به جوامع و فرهنگ‌های مختلف، متفاوت است. به صورت طبیعی، نوع، ابزار، ارزش، اهمیت، عوامل و موانع، نمادها و آثار و پی آمدهای شادی و نشاط در یک جامعه مسلمان با یک جامعه سکولار متفاوت و گاه متناقض است، همان گونه که همین موارد در یک جامعه ایرانی با یک جامعه غربی یا عربی یا شرق دور می‌تواند متفاوت باشد. نکته‌ای که در این مجال نباید آن را در

کار شادی آفرینی رسانه‌ای از نظر دور داریم، آن است که طراحان شادی و نشاط اجتماعی نبایـد معیارهای عرفی شادی را در یک فرهنگ ایرانی ـ اسـلامی از یاد ببرند؛ زیرا اسـتخراج و توجه به این ویژگی‌ها می‌تواند به شادی‌ها و نشاط‌های تولیدشده، ارزش، اعتبار و مانـدگاری ببخشـد و بی توجهی به آنها می‌توانـد آنها را بی‌اثر سازد یا به ضـد خود تبـدیل کند. مسائل زیر از جمله این نکته هاست:

موقعیت و شرایط شادی و نشاط؛

زمان و مکان شادی و نشاط؛

موضوع شادی و نشاط؛

ابزارها و نمادها؛

عوامل، موانع و عناصر فرهنگی؛

روحیه و اقتضائات تاریخی جامعه برای شادی و نشاط؛

هنجارها و ارزش‌های پذیرفته شده اجتماعی؛

ذایقه مخاطبان شادی و نشاط.

ص:۱۰۵

فصل سوم: فواید شادی و نشاط

اشاره

فصل سوم: فواید شادی و نشاط

هنگامی که در فصل اول به ضرورت و اهمیت شادی و نشاط اشاره می کردیم، به تناسب، برخی آثار و پی آمدهای شادی و نشاط را برشمردیم. برای آنکه اهمیت رواج شادی و نشاط و ایجاد فضای شادی و نشاط در خانواده، جامعه و حتی فضای ملی به خوبی تبیین شود، باید بدانیم این امر فراموش شده دستاوردهای بزرگی دارد که یادآوری آنها می تواند در این عصر زندگی ماشینی، بار دیگر ما را متوجه ضرورت هایی کند که گاه موفق بودن یا نبودن انسان ها در گرو وجود و نبود این عوامل است. شاید برخی بپندارند که شادی به اصطلاح، نه تنها مطلوبیت ذاتی ندارد، بلکه دارای مطلوبیت تبعی است، ولی به نظر نگارنده، با توجه به شواهدی که در سیره و سخن معصومان علیهم السلام می توان یافت، این دیدگاه تقویت می شود که شادی و نشاط از دیدگاه بزرگان دین، دارای مطلوبیت ذاتی و اصلی است. شاید دلیل این اهمیت، فواید و آثار گوناگون و بسیار شادی و نشاط در حوزه های فردی و اجتماعی است. اینک، از میان همه فوایدی که شادی و نشاط دارد، به برخی اشاره می شود.

۱. فواید شادی و نشاط در حوزه فردی

اشاره

۱. فواید شادی و نشاط در حوزه فردی

زیر فصل ها

الف) سلامت روان

ب) سلامت جسم

ج) رشد معنوی

د) طول عمر

ه) افزایش فعالیت ذهنی

و) احساس رضایت درونی

ز) خلاقیت و نوآوری

ح) رشد تحصیلی

ط) لذت بردن از مواهب و نعمت های الهی

ی) بیرون آمدن از انفعال

ک) امید به آینده

الف) سلامت روان

الف) سلامت روان

سرور و شادی، از دچار شدن انسان به افسردگی و ناراحتی های روحی و روانی پیشگیری و سلامت روان او را تضمین می کند، به گونه ای که برخی کشورها برای درمان بیماری های روانی، به خنده درمانی روی آورده اند. «باشگاه خندان های هند»، نام تشکیلاتی با هدف های بهداشت روانی است که در شهر بمبئی هند فعالیت می کند و با استقبال زیادی هم روبه رو شده است. گردانندگان این تشکیلات معتقدند عمل خندیدن ضمن اینکه تنش های روحی و عصبی را برطرف می سازد، در بهبود بیشتر بیماری های روحی و حتی جسمی نیز مؤثر است. امام علی علیه السلام دراین باره فرمود: «السُّرُور یَبسُط النَّفسَ وَ

یَثیر النّشاطَ؛ شادمانی موجب انبساط روح و مایه وجد و نشاط می شود.»(۱) آن حضرت در کلامی دیگر نیز می فرماید:

حق، تو را از بهر شادی آفرید

تا ز تو آرامشی گردد پدید

پس در آرامش نمایی زندگی

وا رهی از مشکلات زندگی

ب) سلامت جسم

ب) سلامت جسم

«شادی در سلامتی بدن و درمان بیماری ها نقش مهمی دارد؛ زیرا خنده که حاکی از نشاط و شادی است، نوعی آنتی بیوتیک طبیعی است که جسم را در مقابل بیماری ها قوی می سازد و از اثر دردها می کاهد. نورمن کازنیز معتقد است از طریق خنده، با بیماری فلج مبارزه کرده است و نیز از طریق خنده می تواند وضعیت معکوس را به وجود بیاورد. می گویند ارزش یک دقیقه خنده، معادل با ۴۵ دقیقه ورزش است.

۱- میزان الحکمه، ج ۴، ص ۴۳۶، ح ۸۴۵۲.

قرن هاست که انسان به رابطه مستقیم میان اندوه و ابتلا به انواع بیماری ها اعتقاد داشته است، ولی به تازگی در یک کنفرانس علمی در امریکا، شماری از کارشناسان رشته های مختلف پزشکی و روان درمانی، وجود این رابطه را به صورت علمی تأیید کردند. دکتر واینبرگر گفته است:

بروز سرطان سینه در زنان، بالا رفتن فشار خون، سرطان ریه و بیماری آسم، رابطه ای مستقیم با سرکوب کردن احساسات دارد و کسانی که عادت دارند از بروز عوارض خارجی اندوه و غصه جلوگیری کنند، به این بیماری مبتلا می شوند. ازاین رو، شادی در بهبود بیماری های ناشی از ناملایمات امروزی نقش بزرگی دارد، به گونه ای که در مطالعات انجام شده درباره بیماری سرطان، شادی و نشاط فرد بیمار می تواند از رشد و گسترش بیماری در کمون اولیه جلوگیری کند.(۱)

به قول فردوسی:

مده دل به غم تا نکاهد روان

به شادی همی دار تن را جوان ج

ج) رشد معنوی

ج) رشد معنوی

انجام هر کاری از جمله عبادات، به حوصله و آرامش نیاز دارد. کسی که غمگین است، حوصله هیچ کاری را ندارد، ولی افراد شاد از انجام عبادت لذت می برند و احساس خستگی نمی کنند. امام علی علیه السلام می فرماید: «این دل ها همانند بدن ها خسته می شوند. پس (برای رفع خستگی آنها) حکمت های تازه بجویید».(۲)

د) طول عمر

د) طول عمر

یکی از آثار و پی آمدهای ثابت شده شادی در افراد که روان شناسان بر آن

ص:۱۰۹

۱- نک: ایرج پورباقری، روان درمانی برای همه، ص ۵۲۴؛ شرع و شادی، ص ۲۵.

۲- نهج البلاغه، حکمت ۹۱.

تأکیـد و اجمـاع دارنـد، پی آمـدهای جسـمانی شـادی و نشـاط در سـلامت روح و بـدن و طـول عمر انسـان است. به گفته این دانشـمندان، شـادی و نشاط سـبب تقویت قوای دفاعی بـدن در برابر بیماری ها و آسـیب ها می شود. حتی آنان ثابت کرده اند آثار زخم و جراحت ها در بدن افراد شاد، زودتر از دیگران بهبود می یابد و ترمیم می شود. همین دانشـمندان معتقدند یکی از دلایل مرگ و میر در دنیای ماشینی معاصر، نگرانی ها، استرس ها و فشارهای روانی است که اگر خود، عامل مستقیم مرگ ها نباشـند، به صورت غیرمسـتقیم در بهبود نیافتن بیمار یا پیشـرفت بیماری نقشـی بسـزا دارند. به همین دلیل، شادی و نشاط سبب طول عمر انسـان می شود؛ زیرا شـادی و نشـاط سـبب از میان رفتن استرس و نگرانی می شود و خطر حمله های قلبی و مغزی و برخی بیماری های دیگر را کاهش می دهد. قدرت دفاعی بدن را نیز در مقابله با بیماری ها به صورت چشـمگیری افزایش می دهد. دکتر کوثر سیم یاریان، مسئول نشریه بین المللی روان شناسی ایران دراین باره می گوید:

شادکامی و اختلالات روانی، هم بسـتگی بالایی نسـبت به هم دارنـد. تحقیقات نشان می دهـد که شاد بودن مسـلماً در کاهش استرس، اضـطراب و افسردگی بسیار مؤثر است؛ چون شادی و خنده منجر به کاهش هورمون آدرنالین و هیدروکورتیزون شده و استرس را کاهش می دهد.

مطالعـات نشان داده انـد فشار خون و ناراحتی های قلبی در نتیجه شادی بهبود می یابنـد و باز پژوهش ها نشان داده [است] که در دهه ۱۹۵۰ مردم روزانه ۱۸ دقیقه می خندیدنـد، ولی امروز مردم کمـتر از ۶ دقیقه می خندنـد و همین امر موجب شـده که تحملشان در برابر سختی ها کم

شود و دیدشان نسبت به امور زندگی منفی شود.(۱)

همچنین طبق نظر پرفسور دینر، مدارک و شواهد نشان می دهد افراد شاد نسبت به افراد افسرده، طول عمر بیشتری دارند. حتی وی تأکید می کند در یک مطالعه، این اختلاف میان شادترین گروه و ناشادترین گروه، ۹ سال بوده است که این تأثیر بسیار عظیمی است، البته با توجه به اینکه مصرف دخانیات، حدود ۳ سال از عمر انسان کم می کند.(۲)

ه) افزایش فعالیت ذهنی

ه) افزایش فعالیت ذهنی

«طبق مطالعات جدیدی که در هفته نامه آکادمی ملی علوم امریکا منتشر شده [است]، محققان به این نتیجه رسیده اند که افرادی که از روحیه شادی برخوردارند، ذهن آرامی دارند و قادرند توانایی های ذهنی خود را افزایش دهند.

دکتر آدام اندرسون، استاد روان شناسی دانشگاه تورنتو و نویسنده برجسته علوم و تحقیقات، می گوید: داشتن روحیه شاد و رفتارهای مثبت، دقت و توجه فرد را تحت تأثیر قرار می دهد و می تواند میدان را وسیع تر کند.(۳)

کارشناسان می گویند یک قسمت از مغز که «آمیگرال» نامیده می شود، تأثیر زیادی در فعالیت ذهن دارد. آمیگرال در مقابل ترس واکنش نشان می دهد و ترس سبب می شود که فعالیت ذهنی فرد مختل شود. دکتر رابرت مارر، روان شناس مرکز پزشکی مونیکا، می گوید: «هنگامی که شما شاد

۱- سمیه شرافتی، «شادی، گم شده در اختلالات روانی»، روزنامه همشهری، ۱۵/۸/۱۳۸۶.

۲- نک: سایت روزنامه سلامت: www.salamat.ir.

۳- مرجان رودبار محمدی، «افزایش فعالیت ذهنی با داشتن روحیه شاد»، روزنامه همشهری، ۱۰/۲/۱۳۸۶.

هستید، آمیگرال کاملاً آرام است و این امر سبب می شود که فعالیت ذهنی شما بیشتر شود».

و) احساس رضایت درونی

و) احساس رضایت درونی

شادی و نشاط نه تنها انسان را در برابر ناملایمات و سختی ها حفظ می کند و در دیگران نیز احساس لذت و شادی و نشاط ایجاد می کند، بلکه در خود انسان نیز نوعی احساس لذت و رضایت درونی به وجود می آورد. شاید این احساس از آنجا ناشی شود که انسان شادی که نشاط او یک فرح ذاتی و دایمی و حاصل تکامل روحی است، در رویارویی با جهان و پدیده ها، حوادث و وقایع، چون از جهان بینی و هدفی الهی بهره مند است، هیچ حادثه و تغییر و دگرگونی در او سستی و ترسی ایجاد نمی کند. به همین دلیل، انسان شاد همواره از یک رضایت درونی و معنوی بهره مند است که پیوسته و همه جا با او همراه است.

ز) خلاقیت و نوآوری

ز) خلاقیت و نوآوری

در مباحث روان شناسی و همچنین علم مدیریت سازمان و اداره همواره وقتی موانع خلاقیت و نوآوری برشمرده می شود، به فشارهای روانی و ناراحتی روحی و تعلقات ذهنی اشاره می کنند. در مقابل، یکی از عوامل خلاقیت را فراغت و جولان فکری می دانند. بدیهی است روحیه شاد و بانشاط می تواند ذهن های آماده را به سوی نوآوری و ابتکار سوق دهد. در همین زمینه، هنگامی که روان شناسان ویژگی های افراد خلاق را بررسی کرده اند، ویژگی های چندی را به صورت مشترک در آنها یافته اند که یکی از این ویژگی ها، شوخ طبعی و انبساط خاطر و حاضر جواب بودن نوع این افراد است

.

گروهی از پژوهشگران کانادایی که تأثیر حالات روحی انسان را بر روند ذهنی او بررسی کرده اند، با انجام مطالعه ای دریافته اند روحیه خوب؛ توانایی انسان را برای اندیشه خلاق افزایش می دهد. این پژوهشگران گمان دارند نگاه محدود و تونل گونه ای که انسان در حالت های ترس و اضطراب پیدا می کند، می تواند زمان انجام کارهایی را که به تمرکز دقیق نیاز دارد، به تأخیر بیندازد. این سازوکارهای نهفته هنوز شناخته نشده اند، ولی در مطالعه ای که در گزارش «آکادمی ملی علوم امریکا» منتشر شده است، پژوهشگران این فرضیه را مطرح کرده اند که این پدیده به احتمال زیاد، با روش تأثیر حالات روحی بر روشی که اطلاعات را پردازش می کنیم، ارتباط دارد.

آدام اندرسون، استادیار روان شناسی دانشگاه تورنتو در کانادا و نویسنده این مطالعه گفته است اگر توجه انسان را شبیه نورافکن فرض کنیم، در این صورت، روحیه خوب، این نور را گسترده تر و روحیه افسرده، آن را به شدت متمرکز خواهد کرد. اندرسون در مطالعه خود به این نتیجه رسید که وقتی افراد در وضعیت روحی خوبی به سر می برند، فکرشان بسیار باز می شود و این امر سبب تقویت تفکر یک پارچه یا شهودی آنها می شود.(۱)

ح) رشد تحصیلی

ح) رشد تحصیلی

روان شناسان ثابت کرده اند دانش آموزان و دانشجویان شاد و بانشاط، از نظر تحصیلی، موفق ترند. این افراد به دلیل فعالیت خاص هورمون ها و فعالیت های مغزی خاص، آمادگی ذهنی بیشتری برای یادگیری دارند. به عبارتی، قدرت حافظه آنها برای حفظ آموخته ها بسیار بیشتر است. باید این مطلب را نیز افزود که

۱- نک: پایگاه جامع اطلاع رسانی پزشکی ایران سلامت: www.iramsalamat.com.

دانش آموزان و دانشجویان شاد، به دلیل لذتی که از لحظه های عمر خود می برند، از تحصیل و آموختن، کمتر خسته می شوند و همین امر سبب می شود عمر تحصیلی آنها طولانی تر از دیگران باشد، به گونه ای که ترک تحصیل در میان افرادی که از شادی و نشاط روحی و جسمی بی بهره اند، بیشتر از دیگر افراد است.

دانشمندان حوزه روان شناسی معتقدند اصولی برای یادگیری ضروری است که شامل این شش قانون می شود: آمادگی؛ اثربخشی؛ تمرین؛ تقدّم؛ شدت؛ کاربرد.(۱)

یادگیرنده باید از نظر روحی، جسمی، عقلی و عاطفی، رشد و آمادگی لازم را داشته باشد تا فرآیند یادگیری خوب سپری شود و در ادامه مباحث مربوط به یادگیری نیز به موانع یادگیری اشاره شده است که عبارتند از: ترس؛ کسل کنندگی؛ پیچیدگی؛ آزردگی.(۲)

هنگامی که به توضیح این عوامل و موانع پرداخته می شود، به خوبی پیداست آمادگی جسمانی و روحی که در پرتو شادی و نشاط فراهم می شود، در یادگیری و آموزش انسان تأثیر بسزایی دارد.

ط) لذت بردن از مواهب و نعمت های الهی

ط) لذت بردن از مواهب و نعمت های الهی

انسان هایی که از شادی و نشاط در زندگی خود بی بهره اند، کمتر می توانند از مواهب و نعمت های دیگر الهی نیز بهره چندانی ببرند. زمانی که زندگی آنها تحت تأثیر مشکلات و سختی های معمول قرار می گیرد، به دلایل روحی و روانی، از حل مشکلات خود و زندگی فردی، خانوادگی و اجتماعی خویش ناتوانند و در روزهای معمولی زندگی شان نیز به ناکامی ها و مرارت ها و درد های

۱- اعظم شفیعی زاده، «یادگیری ـ یاددهی»، سایت آفتاب: www.aftab.ir.

۲- همان.

کوچک و بزرگ می اندیشند یا گاه از ترس سختی های آینده، زندگی حال خود را به ذایقه خود و دیگران تلخ می کنند. انسان های ناشاد و بی نشاط، با دست خود، سختی ها و ناراحتی را به زندگی شان تزریق و با همت خویش، زندگی را بر خود و اطرافیانشان سخت و طاقت فرسا می کنند.

ی) بیرون آمدن از انفعال

ی) بیرون آمدن از انفعال

یکی از دلایل انزوای افراد در جامعه، روحیه ناشاد، افسرده و خموده آنهاست. همین روحیه سبب می شود تا هر روز بر انفعال آنها افزوده شود. افرادی که می کوشند هم شاد باشند و هم این شادی را به اطرافیان خود تقدیم کنند، نه تنها روحیه منفعل ندارند، بلکه از روحیه ای فعال، پویا و پرتحرک برخوردارند. نشاط به ویژه در دوران جوانی، به انسان نوعی احساس اعتماد به نفس و صلابت روانی ببخشد تا به راحتی اسرار قلبی خود را ابراز دارد و از نظرهای خود دفاع کند.

ک) امید به آینده

ک) امید به آینده

نشاط و شادی سبب می شود در افراد، نگرشی خوش بینانه به زندگی و افراد پدید آید و این نگرش خوش بینانه سبب امیدواری به زندگی و آینده شود. همین روحیه، منشأ بسیاری از مزایا و فواید روحی و جسمی است، به گونه ای که به انسان روحیه خستگی ناپذیری در کار و تلاش می بخشد، از لذت ها و مواهب زندگی بهره مند می شود، برای تغییر شرایط معنوی و مادی خود می کوشد و به دیگران نیز روحیه و امیدواری می دهد.

۲. فواید شادی و نشاط در حوزه خانواده

اشاره

۲. فواید شادی و نشاط در حوزه خانواده

زیر فصل ها

الف) استحکام نظام خانواده

ب) هم بستگی اعضای خانواده

ج) تربیت بهتر فرزندان

د) جلوگیری از شادی های کاذب و مجازی

الف) استحکام نظام خانواده

الف) استحکام نظام خانواده

ص:۱۱۵

خانواده به عنوان اصلی ترین و مؤثرترین نهاد اجتماعی می تواند خاستگاه شادی باشد، چنان که می تواند بیشترین بهره را از این عنصر حیاتی زندگی انسان ببرد.

برای انجام مطلوب و بهینه هر یک از وظایف و کارکردهای خانواده نیازمند فضا و شرایطی برای پیگیری این کارکردها هستیم. یکی از این شرایط و فضاها، وجود اعضای شاداب و پرنشاط در محیط خانواده است تا راحت تر بتوان هدف های آموزشی و تربیتی را در خانواده پیگیری کرد.

ریچارد استیل می گوید:

زندگی زناشویی همراه یا بدون عاطفه مناسب با آن، کامل ترین شکل تصور از بهشت و جهنمی است که ما در زندگی قادر به ایجاد، به دست آوردن یا رسیدن به آن هستیم.(۱)

ب) هم بستگی اعضای خانواده

ب) هم بستگی اعضای خانواده

شادی و نشاط در حوزه خانواده مزایای زیادی دارد که به برخی از آنها اشاره شد. شاید یکی از مهم ترین دستاوردهای شادی و نشاط در حوزه خانواده این باشد که سبب هم بستگی اعضای خانواده گردد، با این توضیح که روحیه شاد و بانشاط هریک از اعضای خانواده سبب می گردد فضای خانواده برای همه قابل تحمل تر و لذت بخش تر شود. بنابراین، اعضا برای شادی و نشاط، کمتر محیط خارج از خانه را انتخاب می کنند و ناملایمات و ناراحتی های معمول فضای خانواده به وسیله روحیه شاد اعضا، به راحتی قابل هضم و تدبیر می شود. در خانواده شاد، روابط، آسان، راحت و بی تکلف صورت می گیرد. به همین دلیل، مشکلی برای ایجاد بحران و مسائل بزرگ باقی نمی ماند. همین عوامل برای افزایش

۱- محمد سبحانی نیا، «جوان، شادی و نشاط»، با معارف اسلامی آشنا شویم، فروردین ۱۳۸۴، س ۲۴، ش ۶؛ برای مطالعه بیشتر نک: محمدرضا عابدی، شادی در خانواده.

هم بستگی های درونی خانواده کافی است. در این زمینه، روان شناسان معتقدند خنده، فضای مثبت احساسی را به وجود می آورد و اعضای خانواده، به برقراری ارتباط نزدیک تری با هم نیاز پیدا می کنند و از وجود یکدیگر، بیشترین لذت را می برند. خنده و شوخی، دلهره و عصبانیت را از بین می برد و راه رسیدن به صمیمت را هموار می سازد.

گسیختگی خانواده، مفهومی است که در مقابل هم بستگی مطرح می شود. یکی از عوامل گسیختگی خانواده وقتی است که خانواده توخالی است؛ یعنی اعضا با هم زندگی می کنند، ولی کمترین ارتباط و تماس را با یکدیگر دارند و نمی توانند وظیفه حمایت احساسی از یکدیگر را انجام دهند.(۱) با توجه به این امر می توان فهمید هم بستگی اعضای خانواده چه اندازه مهم است و در این میان شادی که می تواند بخشی از وظیفه احساسی اعضای خانواده نسبت به هم باشد، چه جایگاهی دارد.

ج) تربیت بهتر فرزندان

ج) تربیت بهتر فرزندان

شادی و نشاط در محیط خانواده سبب می شود فضای تفاهم و هم دلی بر خانه حاکم باشد. در این فضای صمیمی، تربیت فرزندان به راحتی و به دور از فضاهای خشن و فشارهای نامتعارف صورت می گیرد؛ تندی انتقاد با سخن و رفتارهای شاد و در عین حال آموزنده، تلطیف و دلخوری ها کم می شود تنش و نزاع نیز از محیط خانه رخت برمی بندد. در اثر شادی و نشاط، هم گرایی میان اعضای خانه بیشتر و رعایت حال دیگر اعضا یک اصل می شود که این، خود، فرصتی را برای تربیت ناخود آگاه فرزندان پدید می آورد. دکتر علی رضا محمدی، روان شناس معاصر می نویسد:

۱- شکر بیگی، «بررسی نقش خانواده به عنوان عامل و مانع بزهکاری نوجوانان»، بازیابی ۱/۸/۱۳۸۹، سایت جامعه شناسی خانواده و زن، (سایت مؤلف): www.shekarbagy.com.

اگر هدف فرزندپروری، ارتقای سطح سلامتی کودکان باشد، ...[باید] برای افزایش یکی از عوامل مهم در سلامتی آنان، یعنی شادی و خوش حالی در فرزندان تلاش کنیم. مطالعات نشان داده [است] کودکان شاد و سالم در جامعه متمدن، انسان هایی مسئولیت پذیر و شهروندانی خوب خواهند بود.(۱)

د) جلوگیری از شادی های کاذب و مجازی

د) جلوگیری از شادی های کاذب و مجازی

شادی و نشاط واقعی اعضای خانواده که برخاسته از کمال معنوی بزرگان خانواده است، سبب می شود اعضای خانواده به شادی های کاذب و مجازی گرایش نیابند. شادی های مجازی و کاذب، آن دسته از شادی و نشاط های زودگذرند که نه سبب کمالند و نه استمرار دارند، بلکه به نوعی آمیخته با غفلتند و انسان را به مشکلات بسیاری دچار می کنند. شادی و نشاط واقعی در محیط خانواده سبب می شود اعضای خانواده، کمتر به این گونه شادی و نشاط ها نیاز داشته باشند. دکتر علی اصغر سعیدی، جامعه شناس معاصر، دراین باره می گوید:

ما شادی هایی را مهم و زندگی بخش می دانیم که شادی جمعی باشد. خانواده از جمله نهادهایی است که می تواند به این روند کمک کند. به همان اندازه که جامعه از شادی های اصیل دور می شود، شادی، غیراصیل و آسیب زا می شود. اگر خانواده... قوام و کارکرد داشته باشد، شما می توانید بعضی از شادی ها را به خانواده بسپارید.(۲)

۱- علی رضا محمدی، «اهمیت هوش هیجانی در کودک»، بازبینی ۱۵/۱/۱۳۸۹، سایت مؤسسه علوم کوثر: www.dr.Alirezamohamadi.com.

۲- علی اصغر سعیدی، «از جامعه شناسی شادی تا مدیریت شادی»، بازبینی ۱۵/۷/۱۳۸۹، سایت مرکز مطالعات استراتژیک اریا: www.aryassc.com.

۳. فواید شادی و نشاط در حوزه اجتماعی

اشاره

۳. فواید شادی و نشاط در حوزه اجتماعی

زیر فصل ها

الف) توفیق در تکامل معنوی جامعه

ب) امنیت اجتماعی

ج) رشد اقتصادی

د) بهره وری بیشتر

ه) ارتباطات اجتماعی عمیق تر

و) موفقیت در محیط کار

ز) بهر ه مندی از دوستان بیشتر

الف) توفیق در تکامل معنوی جامعه

الف) توفیق در تکامل معنوی جامعه

دستاورد بزرگ توسعه شادی و نشاط در حوزه اجتماعی آن است که اگر فضای شاد و باطراوتی در جامعه حاکم باشد به یقین از حجم فشارهای روحی و روانی اجتماعی کاسته می‌شود. دغدغه‌ها و ناراحتی های روحی و روانی، کم و زمینه مناسب برای پرداختن به وجوه تکاملی جامعه در ابعاد معنوی، فرهنگی، اجتماعی، سیاسی و حتی اقتصادی نیز فراهم می شود. شاید بتوان گفت پیش‌نیاز حرکت جامعه به سوی قله‌های رشد و توسعه، برطرف کردن آسیب های روانی و روحی است که در پرتو شادی و نشاط به آسانی قابل دسترسی است.

ب) امنیت اجتماعی

ب) امنیت اجتماعی

رواج فرهنگ شادی و نشاط در جامعه، عصبانیت و تندخویی را کمتر می کند، از میزان جرایم می کاهد و از تنش و برخورد فیزیکی با مردم جلوگیری می کند. بسیاری از ناهنجاری ها و جرم و جنایت ها، ناشی از نبود تعادل روحی در افراد است. در یک محیط کاری، کارمندان شاد، با ارباب رجوع خود، برخوردی عاطفی و محبت آمیز دارند و وظیفه خود را به صورت

شایسته انجام می دهند.

ج) رشد اقتصادی

ج) رشد اقتصادی

نقش شادی و نشاط در پیشبرد امور اقتصادی، انکارناپذیر است؛ زیرا در این صورت، مدیران و کارمندان انرژی دوچندانی پیدا می کنند و درصد تولید و بهره وری افزایش می یابد. بر این اساس، برخی کشورها برای بالا بردن میزان تولید، می کوشند در محل کار مدیران و کارگران، فضایی از شور و نشاط

ص:۱۱۹

ایجاد کنند. در جامعه خوش حال و خرسند، تولید، بهتر؛ اشتغال، بیشتر و اقتصاد سالم تر خواهد بود.(۱)

د) بهره وری بیشتر

د) بهره وری بیشتر

امروزه، بهره وری یکی از مباحث بسیار مهم در مدیریت منابع انسانی در سازمان ها و حتی مباحث کلان توسعه است. در این گونه مباحث، هنگامی که به انگیزش در حوزه نیروی انسانی توجه می شود، ایجاد فضای بانشاط و شاداب، از عوامل ایجاد این انگیزش و بهره وری به شمار می آید. شادی و نشاط در محیط کار سبب می شود محیط کار، محیط دلخواهی برای کارکنان و خانه دوم آنان تلقی شود، به گونه ای که نه تنها از زیر کار شانه خالی نمی کنند، بلکه آن را وظیفه خود می دانند و برای پیشبرد آن بیشتر می کوشند. شادی و نشاط محیط کار سبب می شود خستگی ناشی از فعالیت های کار، دیرتر احساس شود و روابط در محیط کار، تلطیف گردد و کارها آسان تر و با انگیزه بیشتر انجام شود.

«در بهداشت روانی، شادمانی، عواطف مثبت را افزایش و عواطف منفی را کاهش می دهد و از طرف دیگر، به افزایش رضامندی و در نتیجه، بهره وری منجر می گردد. لذا برای ایجاد جامعه سالم و سازمان هایی پویا، بانشاط و بهره ور باید به میزانی از شادی و نشاط دست یابیم.

فریر می گوید: با توجه داشتن به اشتراک عوامل مؤثر بر شادمانی و بهره وری می توان علاوه بر افزایش شادمانی در سازمان، بهره وری را نیز ارتقا داد».(۲)

شاید بتوان گفت شادی به این دلیل سبب افزایش بهره وری می شود که

ص:۱۲۰

۱- غفار پارسا، «شادی در زندگی اجتماعی»، روزنامه اعتماد ملی، ۷/۵/۱۳۸۷، ش ۱۷۳۴، ص ۸.

۲- حسنعلی بختیار نصرآبادی و سوسن بهرامی، «بررسی عوامل شادی بخش در کارخانه ذوب آهن و ارتباط آن با بهبود بهره وری»، بازبینی ۱۵/۷/۱۳۸۹، سایت شرکت سهامی ذوب آهن اصفهان: www.esfahansteel.com.

شخصیت برخوردار از این موهبت را انگیزه مند می کند. معروف است که روان شناسان می گویند انسان های شاد:

با زندگی همراهی می کنند؛

فقط مثبت نمی اندیشند، بلکه مثبت هم عمل می کنند؛

آنچه را نیاز دارند، طلب می کنند؛

مشتاق تغییرند؛ ثابت نمی مانند؛

به خود اجازه شکست خوردن نمی دهند؛

در زمان حال زندگی می کنند؛

برای آینده برنامه ریزی می کنند.(۱)

ه) ارتباطات اجتماعی عمیق تر

ه) ارتباطات اجتماعی عمیق تر

گذشته از اینکه شادی و نشاط سبب گستردگی روابط اجتماعی می شود، به روابط و تعامل های اجتماعی عمق و ژرفا نیز می بخشد. شاید این مسئله نیاز به توضیح و تبیین نداشته باشد، ولی کسانی که از روحیه و رفتار شاد و نشاط افزا برخوردارند، روابط و تعامل دیگران را با خود، آسان و راحت می کنند و افراد دیگر نیز در برابر با آنها راحت و بی تکلف هستند. از این والاتر آنکه افراد در ارتباط با انسان های شاد، به نوعی احساس رضایت درونی و روحی دست می یابند که سبب می شود روابط با آنها پایدار، دایمی و عمیق تر باشد.

شادی های جمعی و بی زیان، تقویت کننده برخی روابط اجتماعی نیز هستند. این نوع شادی ها مانند همه اعمالی که در هر جامعه به قوام آن جامعه کمک می کنند، می توانند به روابط آن جامعه نیز کمک کنند و سبب سرخوش شدن افراد آن جامعه شوند.(۲)

۱- بی نام، «روحیه شاد کارکنان عامل بهره وری»، بازبینی ۱۵/۷/۱۳۸۹، سایت آفتاب: www.aftab.ir.

۲- نک: علی اصغر سعیدی، از «جامعه شناسی شادی تا مدیریت شادی»، سایت نویسنده: www.aa-saeid.com.

همچنین اکرم عزیزآبادی فراهانی در تحقیقی به این نتیجه می رسد که فرد شاد به دلیل انبساط روحی که وجودش را فرا گرفته است، دارای روحیه تفاهم و درک نسبت به دیگران است، سعی در حل مشکلات دیگران دارد و می کوشد بهترین راه حل را برگزیند. روابط اجتماعی چنین شخصی، قوی و تمایل زیادی به کارهای مثبت اجتماعی نشان می دهد.(۱)

و) موفقیت در محیط کار

و) موفقیت در محیط کار

روان شناسان اجتماعی، برای ایجاد شادی و نشاط، کاوش ها و آزمایش های زیادی انجام داده اند تا بتوانند فضای شاد و بانشاطی را برای کارکنان در محیط کار و سازمان ها ایجاد کنند؛ زیرا آنها به این مهم پی برده اند که وجود یک روحیه و فضای شاد و بانشاط سبب افزایش میزان کارآیی و بهره وری در محیط کار می شود. فضای شاد در محیط کار، احساس تعلق و وابستگی افراد را به محیط کار خود افزایش می دهد، از فشارهای روانی حاصل از کار و فعالیت می کاهد و چه بسا سبب افزایش روحیه خلاقیت و نوآوری می شود. اگر عوامل دیگر نیز فراهم باشد، زمینه های کام یابی و پیشرفت را برای افراد فراهم می آورد.

دکتر محمود گلزاری، روان شناس و عضو هیئت علمی دانشگاه علامه طباطبایی و نویسنده کتاب شادی از دیدگاه روان شناسی و اسلام، در پاسخ این پرسش که آیا شادی، مقدمه موفقیت، است یا موفقیت، مقدمه شادی؟ می گوید:

بین مقوله های انسانی، رابطه خطی وجود ندارد، به طوری که به سادگی بگوییم الف باعث ب می شود. مقوله های انسانی بیشتر ارتباطی حلقوی با هم دارند. برای مثال، در مورد سؤال شما، شادی و شادکامی یک

۱- نک: اکرم عزیزآبادی فراهانی، جایگاه و مفهوم شادی از منظر قرآن و روایات، (پایان نامه کارشناسی ارشد).

دانشجو باعث موفقیتش می شود و موفقیتش نیز اثر متقابل روی شادی و نشاط او خواهد داشت.

خانم الیزابت هارلک، روان شناس، معتقد است شادکامی مثلثی است با سه عامل محبوبیت، مقبولیت و موفقیت.(۱)

ز) بهر ه مندی از دوستان بیشتر

ز) بهر ه مندی از دوستان بیشتر

از مزایای بسیار بدیهی و قابل مشاهده و تصدیق افراد شاد و بانشاط، بهره مندی آنها از دوستان بیشتر است. این حقیقتی است که انسان به دلیل شرایط و ویژگی های عاطفی خود و به دلیل نیاز به برخی پدیده ها از جمله شادی روحی، همواره به دنبال افرادی می گردد که بتوانند به این نیاز درونی او پاسخ دهند. همین گرایش، معمولاً ـ روابط دامنه دار و گسترده و چه بسا عمیقی را بنیان می نهد که سال های سال برقرار و ماندگار می ماند.

این هنر انسان های شاد است که می توانند به دلیل برخورداری از جاذبه های رفتاری و گفتاری و نوعی انرژی مثبت، دیگران را به سوی خود بکشانند تا اندکی با آنها هم دردی کنند و گاه از ناراحتی های ایشان بکاهند. همین عامل سبب می شود حلقه دوستان آنها گسترده تر از افراد عادی باشد.

ص:۱۲۳

۱- گفت وگو با دکتر محمود گلزاری، «شادابی و نشاط»، ماهنامه پرسمان، بهمن ۱۳۸۱، ش ۵.

فصل چهارم: عوامل شادی آفرین

اشاره

فصل چهارم: عوامل شادی آفرین

آنچه پیش از این بیان کردیم، بیشتر درباره شناخت مفهوم شادی و مسائل مربوط به آن بود. در این فصل بیشتر کوشیده ایم به عوامل شادی آفرین بپردازیم.

شاید این پرسش پیش آید که بیان عوامل شادی‌آفرین برای خوانندگان این اثر که بیشتر تولیدکنندگان برنامه‌های رسانه ملی یا تصمیم‌گیران این حوزه‌اند، چه ضرورتی دارد؟ در پاسخ باید گفت برنامه‌ساز رادیو و تلویزیون هنگامی می‌تواند درباره یک موضوع به برنامه‌سازی بپردازد که پیش از هر چیز، موضوع و جنبه های گوناگون آن را بشناسد. امروزه مانند گذشته نمی توان تأمین محتوای برنامه را بر عهده برخی عوامل یا آیتم‌های برنامه گذاشت و با این پندار نادرست، تنها به قالب و شیوه عرضه برنامه اندیشید و خود را وقف آن کرد. برنامه ساز موفق کسی است که با اشراف نسبی به یک موضوع وارد کار شود؛ چه آنکه به اذعان همه صاحب‌نظران، در برنامه سازی، محتوا و شکل، متأثر از یکدیگرند و اشراف برنامه‌ساز به هر دو جنبه می‌تواند اعجاز تأثیر در مخاطبان را در پی داشته باشد. شناخت مهم‌ترین عواملی که

می‌تواند به شادی و نشاط در جامعه بینجامد، به برنامه‌ساز کمک می‌کند با زبان تصویر به مدل‌سازی و گسترش و تبلیغ آن در میـان مخاطبـان دست یـازد و به این ترتیب به رسالت خود درباره این موضوع در جامعه جامه عمل بپوشانـد. در اینجا کوشـش شـده است با جست وجو در آثار اسـلامی یا نزدیک به فرهنگ دینی و ملی، برخی از این عوامل اسـتخراج شود و برای مطالعه خواننده گرامی در دسترس وی قرار گیرد.

چنانچه پیش تر نیز اشاره کردیم، ملاک شادی و نشاط در جهان بینی اسـلامی با مکتب های دیگر بسـیار متفاوت است و مانند بسـیاری دیگر از مسائـل حیات بشـری متکی به فلسـفه خلقت اوست. آنچه در اسـلام به عنوان عوامل شادی و نشاط، پسـندیده تلقی و معرفی شـده است، عواملی است که سـبب انبساط روحی و جسـمی انسان مسـلمان می شود و با اصول، مبانی، باورها و رفتـار دینی او تنـافی، تضـاد و مزاحمتی نـدارد. عوامـل شـادی در اسـلام در مسـیر تکامل معنوی انسان بوده و نشاطی پایـدار و مسـتمر است. نشـاط مورد نظر اسـلام به خلاـف شـادی هـای مرسوم در مکتب های دیگر، به عمق روح و روان انسان نفوذ می کند و لذتی پایدار را در او پدید می آورد که نه تنها تا پایان زندگی دنیایی با او همراه است، بلکه در سـعادت اخروی اش نیز مؤثر است. آگـاهی از همه عوامل شادی ها در منابع و متون اسـلامی کار آسانی نیست و چه بسا به تحقیق، جست وجو و حتی اجتهاد علمی در این موضوع، نیاز باشد؛ زیرا ممکن است به بسـیاری از مصداق ها اشاره نشود یا به سـبب دگرگونی شـرایط و مصداق ها و پیچیده تر شدن مسائل زندگی بشری، به نگاهی نو و مبتکرانه ضرورت داشته باشد.

آنچه در این فصل بـدان اشاره می کنیم، عواملی است که در برخی آیات و روایت های اسـلامی بـدان اشاره یا در سـیره پیامبر گرامی اسلام و ائمه

اطهار علیهم السلام به آن عمل شده است. عوامل گوناگونی در ایجاد شادی و انبساط روح مؤثرند که به برخی از آنها اشاره می کنیم:

۱. ایمان

۱. ایمان

قرآن مجید رسیدن به اطمینان قلبی را تنها در یاد خدا می داند(۱) و این اطمینان، اساس هر نوع شادی است. پژوهش های روان‌شناسان غربی نیز نشان می دهد افراد معتقد به خدا و جهان آخرت و تعالیم کتاب مقدس، شادتر و برای زندگی، پرانگیزه ترند. حتی افرادی که به صورت مرتب به کلیسا می روند، شادتر از کسانی هستند که به کلیسا نمی روند.(۲)

در زمینه تأثیر ایمان و فعالیت های مذهبی بر میزان شادمانی افراد، تحقیقات بسیاری شده است. های (۱۹۸۲) در تحقیق خود گزارش کرده است ۶۱ درصد کسانی که در مراسم مذهبی شرکت می کنند، احساس آرامش و شادمانی می کنند. در پژوهش دیگری که به وسیله هالمان هونك ودمور (۱۹۸۷) انجام شد، این نتیجه به دست آمد که فعالیت های مذهبی به شادمانی افراد می افزاید. کالدور (۱۹۹۴) معتقد است افراد مذهبی، نزدیک ترین دوستان خود را از میان افراد مذهبی انتخاب می کنند؛ زیرا افزون بر داشتن احساس نزدیکی به خداوند، نسبت به مردم نیز دید مثبتی دارند. ازاین رو، همه این عوامل بر شادمانی آنها می افزاید.(۳)

ص:۱۲۷

۱- انعام: ۸۱ و ۸۲

۲- نک: هارولد. جی. کوینگ، آیا دین برای سلامتی شما سودمند است؟ آثار دین بر بهداشت روان، ترجمه: بتول نجفی، به نقل از: لیلا علوی مقدم، «راهی به شهر شادی»، دو ماهنامه حدیث زندگی، بهمن و اسفند ۱۳۸۱، ش ۹، ص ۴۵.

۳- نک: ابراهیم میرشاه جعفری و دیگران، «شادمانی و عوامل مؤثر بر آن»، تازه های علوم شناختی، سال چهارم، ۱۳۸۱، ش ۳، ص ۵۰.

۲. عبادت

۲. عبادت

یکی از اسباب شادی و نشاط، ارتباط با خداست. افرادی که ارتباط بیشتر و عمیق‌تری با سرچشمه کمالات، زیبایی‌ها، خوبی‌ها و قدرت‌ها دارند، به صورت طبیعی، کمتر دچار نگرانی و اندوه می شوند. در سطح نازل‌تر آن هم اوضاع به همین قرار است؛ کسانی که به منابع قدرت یا ثروت، دسترسی یا نزدیکی بیشتری دارند، به حسب دنیوی و به ظاهر، از اطمینان، رضایت و شادمانی بیشتری برخوردارند. بگذریم که اگر کسی با منبع همه این کمالات ارتباط همیشگی و عمیقی برقرار کند، آرامش، سکون و شادکامی او دایمی، پایدار و حقیقی است. امام جعفر صادق علیه السلام به یکی از یارانش فرمود:

چه عاملی شما را مانع شده [است] در وقتی که غم و اندوه دنیوی برایتان ایجاد گردید، وضو بگیرد و داخل مسجد شود و دو رکعت نماز بخواند و خداوند بزرگ را صدا بزند و از او کمک بخواهد؟ آیا نشنیده ای کلام خدا را که فرموده [است]: «از نماز و روزه کمک بگیرید».(۱)

کسی که گناهی مرتکب شده و عذاب وجدان او را غمگین کرده است، به وسیله توبه و استغفار، از احساس گناه رهایی می یابد و نشاط اولیه را به دست می آورد. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله در این باره می فرماید: «کسی که بسیار استغفار کند، خداوند، او را از هر اندوهی، گشایشی و از هر تنگنایی، راه نجاتی می بخشد».(۲)

یاد خدا، آرام‌بخش دل و نشاط‌دهنده روح است. امام صادق علیه السلام می فرماید: «ای سفیان! زمانی که چیزی تو را محزون ساخت، «لا حول و لا قوه الا بالله» زیاد بگو؛ زیرا این جمله، کلید شادی است».(۳)

۱- بحارالانوار، ج ۶۶، ص ۳۴۲.

۲- ابوالقاسم پاینده، نهج الفصاحه، ص ۶۰۱، ح ۲۹۴۱.

۳- بحارالانوار،، ج ۷۵، ص ۲۲۷.

۳. هدفمندی در زندگی

۳. هدفمندی در زندگی

از جمله عواملی که زندگی انسان را دستخوش ناکامی‌ها و به دنبال آن، غم و ناراحتی می‌کند، این است که چون در زندگی برای آینده دنیایی و آخرتی خود هدفی را ترسیم نکرده است، فعالیت‌ها و کوشش های او در جهت مشخصی قرار ندارد و همین پراکنده بودن و بی‌هدف، او را با انواع ناکامی‌ها و ناراحتی‌ها روبه رو می کند. به همین دلیل، اگر انسان برای زندگی خود هدف های خوب و مطمئنی تعریف کند، سبب می‌شود همه توان، انگیزه و همت خود را در راه رسیدن به آن هدف ها متمرکز کند و همواره از جهت دار بودن و هدفمندی خود در زندگی احساس رضایت و خوش حالی کند، هرچند نتواند به همه هدف های خود دست یابد.

کسی که در زندگی خود هدف متعالی و معقولی را دنبال می کند، در پی یافتن معنا در زندگی است. تلاش برای یافتن معنا در زندگی، انسان را به حرکت در می آورد، در او شور و شوق وصف ناپذیری ایجاد می کند و انرژی وی را مضاعف می سازد. روان شناس شهیر، ویکتور فرانکل که در اسارت نازی ها به کشف معنادرمانی نایل گردید، در همان زمان، همه نزدیکان خود را از دست داد؛ پدر، برادر و همسرش از بین رفتند، همه اعضای خانواده اش از بیماری جان دادند، اما گرسنگی، سرما و شکنجه، هرگز زانوان پرتوان فرانکل را خم نکرد. او در این باره می گوید:

آنچه انسان را از پای درمی آورد، رنج ها و سرنوشت نامطلوب نیست، بلکه بی‌معنا شدن زندگی است که مصیبت بار است. معنا تنها در لذت و شادمانی و خوشی نیست، بلکه در رنج و مرگ هم می توان معنایی یافت.(۱)

ص:۱۲۹

۱- محمد سبحانی نیا، «جوان، شادی و نشاط»، مجله معارف اسلامی، فروردین، اردیبهشت، خرداد و تیر ۱۳۸۶، ش ۶۰، ص ۸۷.

۴. رضایت و تحمل

۴. رضایت و تحمل

یکی از راه هـای مهم شـادی، کنار آمـدن با مشکلات و رضامنـدی از مقـدرات الهی است. امام جعفر صادق علیه السـلام می فرمایـد: «نشاط و شادی، در پرتو راضـی بودن به رضای خـدا و یقین به دست می آید و اندوه و غم، در شک و ناخشـنودی به مقدرات الهی حاصل می شود».(۱)

۵. مثبت نگری

۵. مثبت نگری

خوش‌بینی که نشـانه سـلامت روان است، می توانـد شادی را افزایش دهـد. «ما تصـمیم می گیریم که دیگران را چگونه ببینیم؛ وقتی می خواهیم کسـی را دوست داشـته باشـیم، می توانیم بسـیار صـبور و شـکیبا باشیم. وقتی تصمیم می گیریم که از آدم ها برنجیم، بر اشـتباهات آنها دقیق می شویم. پس نوع احساسی که درباره دیگران داریم، به رفتارهای آنها بستگی ندارد، بلکه به نگرش خود مـا مربوط است. اکـثر آدم هـا بیشترین وقت خود را صـرف جست وجوی عیب هـای دیگران می کننـد و کمتر به خوبی هـای آنها می پردازنـد. پس برای به دست آوردن شادی بایـد یاد بگیریم که انـدیشه‌هایمان را کنترل کنیم؛ چون «آنچه مایه خوشبختی و شادی انسان می شود، درون اوست، نه عوامل بیرونی.» البته این را نیز باید به یاد داشته باشید که آنچه شما را آزرده است، نفس حادثه نیست، بلکه تفکرات شما درباره آن حادثه است».(۲)

پرورش حالات روحی مثبت مانند مهربانی، هم دردی و کمک به دیگران، به سلامت و شادی روحی می انجامد؛ زیرا اعمال و واکنش های ما نتیجه افکار ما هستند. پس اگر افکار مثبت و شاد داشته باشیم، زندگی مان شاد خواهد بود.

ص:۱۳۰

۱- بحارالانوار، ج ۶۸، ص ۱۵۲.

۲- اندرو متیوس، آخرین راز شاد زیستن، ترجمه: وحید افضلی راد، ص ۹۶، به نقل از: مجله معارف اسلامی، ص ۲۴؛ «جوان، شادی و نشاط»، ص ۸۸.

۶. در حال زیستن

۶. در حال زیستن

در گفتارهای پیش با تکیه بر این بیان امیر سخن، حضرت علی علیه السلام ، گفتیم اندیشیدن و حسرت خوردن به گذشته‌ای که گذشته است و خیال‌بافی برای آینده‌ای که هنوز نیامده است، سودی ندارد. ازاین رو، انسان باید حال را دریابد؛ زیرا شادی، درک مناسب زمان حال است. متأسفانه ما عادت داریم به دیروز و فردا به صورت افراطی بنگریم یا حسرت و اندوه دیروز را بخوریم یا خود را در آرزوهای دست نیافتنی فردا غرق کنیم و بدین ترتیب، نشاط و آرامش را از خود سلب می کنیم. اگر به آینده‌نگری و دوراندیشی اهمیت داده شده، برای ساختن آینده است، نه برای از دست دادن امروز؛ زیرا آینده، مجموعه ای از امروزهاست. پس به دست آوردن آینده در صورتی است که امروز را به خوبی سپری کنیم. ازاین رو، اگر امروز را فدای آینده کنیم، در ساختن آینده نیز موفق نخواهیم بود؛ چون مهم ترین آفت آینده، از دست دادن اجزای آن یعنی امروز است. پس هر وقت توانستیم از امروز استفاده کنیم، به آینده نیز خواهیم رسید.

پیشوایان دین همواره بر این نکته مهم تأکید داشته اند. امام علی علیه السلام در این باره می فرماید: «گذشته عمر تو رفته است و باقی مانده آن، محل تردید است. پس زمانی را که در آن به سر می بری، برای عمل، غنیمت شمار.» (۱) ایشان در جای دیگری می فرماید: «قلبت را از اندوه گذشته آکنده مساز که تو را از آمادگی برای آینده باز می دارد.»(۲) در سخنی دیگر نیز فرموده است: «نگرانی های سال را بر نگرانی امروزت اضافه مکن؛ برای امروز مشکلات خودش کافی است».(۳)

۱- «ما مَضیٰ ماتَ و ما سَیَأتیکَ فَأَیْن فَاغْتَنِمْ الفُرْصَهَ بَینَ العدمین»، میزان الحکمه، ج ۸، ص ۴۰۳۶.
۲- شرح غررالحکم و دررالکلم، ج ۶، ص ۳۴۵، ح ۱۰۴۳۶.
۳- همان، ص ۳۲۹، ح ۱۰۳۹۶.

سعدیا دی رفت و فردا همچنان معلوم نیست

در میان این و آن فرصت شمار امروز را(۱)

ویکتور هوگو می گوید: «سراسر عمر ما تلاشی است پیوسته برای دست یافتن به کام یابی و سعادت، درحالی که شاید خوشبختی همین لحظه ای بود که به آن می اندیشیم.»(۲) هنگامی که به جای لذت بردن از هر لحظه زندگی، آن را صرف آماده شدن برای آینده می کنیم، در واقع، شادمانی خود را به تأخیر می اندازیم. بنابراین، توانایی خویش را برای تجربه کردن و لذت بردن از زمان حال از دست می دهیم.

در روایت های اسلامی، از «امروز» به عنوان غنیمت و فرصت یاد شده که در حقیقت همان چیزی است که کارشناسان امور تعلیم و تربیت و روان شناسان، در جهان امروز مطرح کرده اند.

۷. گسترش ارتباطات اجتماعی

۷. گسترش ارتباطات اجتماعی

یکی از عوامل مهم در گسترش شادی‌های پایدار، گسترش روابط و تعامل های اجتماعی انسان است. در علوم روا ن شناسی و جامعه شناسی و حتی ارتباطات، بارها این امر تأیید شده است که برون آمدن از دایره فردیت، انزوا و تک‌روی و شریک شدن با دیگران در برخی هدف ها و برنامه‌ها، به کاهش فشارهای روانی، فشارهای ناشی از سختی فعالیت و تلاش در مسیر هدف کمک بسیار زیادی می کند، بدین گونه که چون هدف را بیشتر قابل دست یابی می‌کند نوعی رضایت و اطمینان خاطر درونی فراهم می‌آورد. شکل گیری گروه‌ها، جمعیت‌ها، احزاب، انجمن‌ها یا در قالب امروزی‌تر آن،

۱- دیوان سعدی.

۲- شرع و شادی، ص۳۶.

NGO هـا یا سازمان های مردم نهاد و عضویت افراد در این نوع تشکل‌ها، نوعی از این هم‌گرایی‌هاست که یکی از نتایـج آن برای افراد و جامعه، گسترش شادی و نشاط است.

در اسـلام، نمونه متکامل آن را در اجتماعات سیاسـی، عبادی و در سـفارش به مفاهیمیماننـد جماعت، تجمع، دیـد و بازدید، عیـادت، حـج، تعـاون، دسـتگیری و انفـاق می توان مشاهـده کرد که یکی از نتیجه های آن، برون آمـدن فرد از حصار فردیت خویش، همراه شدن با جامعه و ایجاد روحیه تحرک و نشاط در جامعه است.

پرفسور رابرت یونتام، محقق و استاد دانشگاه هاروارد، در تحقیقی به این نتیجه رسید که یکی از موارد شاد بودن انسان، داشتن روابط اجتماعی و خانوادگی است. وی معتقد است هرچه فرد روابط اجتماعی بیشتری داشـته باشد، از سـلامت روحی و روانی برخوردار می شود و بر شادی وی افزوده خواهد شد.

به گفته این محقـق، انسـان به صـورت ذاتی، موجـودی اجتمـاعی خلق شـده است که احسـاس درونی کمـک به دیگران در او وجود دارد. بنابراین، با داشتن چنین روابطی، فرد احساس سبکی و شادی می کند.(۱)

۸. تلاش برای استحکام پایه های خانواده

۸. تلاش برای استحکام پایه های خانواده

خانواده به عنوان نخستین و مهم ترین نهاد اجتماعی و شـکل دهنـده جوامع انسانی، همواره کانون توجه روان شـناسان و جامعه شناسان در همه مکتب های فکری بوده است. ایجاد انسـجام در خانواده، اسـتحکام عاطفی میان اعضای خانواده و فراهم کردن محیطی امن و مطمئن در خانواده، بیشترین تأثیر را در شاد و بانشاط بودن اعضای خانواده خواهد گذاشت.

۱- نک: سایت پزشکان بدون مرز ایران: www.pezeshkam.org.

احساس تعلق، آرامش خاطر، دوست داشتن فرزندان و ایجاد فضایی که فرزندان بتوانند با پدر و مادر خود احساس امنیت و صمیمیت کنند و به همین نسبت پدر و مادر نیز در پرتو احترام و تکریم فرزندان با آنان همکاری و همدلی کنند، خود به خود در ایجاد و گسترش شادی و نشاط فردی و اجتماعی مؤثر خواهد بود. گذشته از آنکه چنین فضایی، خود بستر و زمینه ساز شادی های بعدی است که خانواده می تواند برای آن برنامه ریزی کند.

۹. تبسم و خنده

۹. تبسم و خنده

برجسته ترین نمود شادی، تبسم و لبخند است. این موضوع از نظر علمی نیز ثابت شده است. متخصصان می گویند: در یک قهقهه، شانه ها، گلو، گردن و دیافراگم تکان می خورند، به طوری که عضلات بعضی افراد که عادت به خنده درست و حسابی ندارند، دچار گرفتگی می شود، قلب تندتر می زند، فشار خون بالا می رود و سطح اکسیژن خون افزایش می یابد، همچنان که تعداد دفعات تنفس بیشتر می شود. احتمالاً مهم تر از همه، اندورفین، درون مغزی، ترشح می شود که نه فقط در انسان احساس سرخوشی به وجود می آورد، بلکه از نظر بسیاری از پزشکان، یکی از بهترین داروهای طبیعی است.(۱)

«هر کس به صورت طبیعی و مکرر در روابط اجتماعی خود با دیگران، به کارکرد خنده و اهمیت آن در ایجاد شادی پی برده است. پیشوایان دین به خصوص پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله خنده رو بودند. در روایتی آمده است: رسول خدا صلی الله علیه و آله هنگام سخن گفتن تبسم می کرد».(۲)

لبخند یک ژست اجتماعی نیست، زبان احساس است؛ نشانی است که اسرار قلبی را به افراد هدیه می دهد. نخستین پاداشی که یک نوزاد چند هفته

ص:۱۳۴

۱- روزنامه ایران، ۸/۸/۱۳۷۹، ص ۱، به نقل از: مجله معارف اسلامی، ش ۶۰.

۲- مجله معارف اسلامی، ش ۶۰.

پس از تولـد به پـاس به دست آوردن اطمینان از محبت و عشق، نثار اطرافیان می کنـد، لبخنـد است. لبخنـد، سازوکاری امنیتی است که افراد به کمک آن می تواننـد سـلامتی خود را حفظ و شادی را تجربه کنند. هنگامی که می خندیم، همه چیز به سود جسم و ذهن ماست. آندروفینی که در مغز تخلیه می شود، به ما احساس پرواز طبیعی می دهد و بازدهی سیسـتم تنفسی درست مانند زمانی است که به ورزش دو پرداخته ایم.

به عقیده دکتر هنری رابین اشـتاین، خنده سبب کاهش میزان ضربان قلب می شود و اشتها را تحریک می کند. افزون بر این، به نظر می رسـد خنـده تعـادل ظریـف هورمونی بـدن را بهبود می بخشـد، سیسـتم بـدن را از کلسـترول زیـاد و دیگر چربی هـای ناخواسـته می پالاید، سـبب انبساط عروق می شود و از بروز سکته های قلبی و مغزی و همچنین بیماری های زخم معده و اثنی عشـر پیش گیری می کند. هر زمان که بتوانیم بر مشکلی بخندیم، در واقع، خود را از نگرانی حاصل از آن مشکل پالوده ایم و در نتیجه، بر اثر این پالایش و روشنی، قادر خواهیم بود راه حل درست را بیابیم.(۱)

در زمان استرس ـ که قاتل شـماره بزرگ انسان ها شـناخته شـده است ـ شـکل های مختلف انبساط که بهترین نوع آن خنده است، به همگـان سـفارش می شود. خنـده در مقـایسه با عوامل دیگر انبساط ماننـد مراقبه تمرکز و ورزش، شـیوه ای سـریع تر، مطمئن تر و مؤثرتر برای تأمین انبساط جسمانی است.

صاحب نظران و روان شناسان مانند فروید، کانت و هربرت اسپنسر، خنده را وسیله ای برای تخلیه تنش اضافی هیجان ذهنی می دانند. آنها معتقدند خنده تعادل طبیعی را حفظ می کند و در طولانی شدن عمر بسیار مؤثر است.

۱- نک: سایت پزشکان بدون مرز ایران: www.pezeshkam.org.

۱۰. شوخی

۱۰. شوخی

بـا مزاح و شـوخی، خـاطرات غم انگیز فرامـوش و طراوت و شـادی جـای گزین آن می شود. می توان بیشـتر حوادث نـاراحت کننده زندگی را با شوخی و بذله گویی به اموری خوشایند و تحمل پذیر تبدیل کرد. بر این اساس، اسلام شوخی و بذله‌گویی را به منظور به دست آوردن نشـاط روحی تجویز کرده و آن را برای زدودن کسـالت و ملالـت البته در چارچوب نظم اخلاقی، مطلوب شمرده است.

از نظر اسـلام، شوخی بایـد معقول و منطقی باشـد، به گونه ای که از حـد اعتـدال خارج نشود. روایت هایی که شوخی را نهی کرده انـد، ناظر به مواردی است که اصول اخلاقی در آن رعایت نشده باشد. امام علی علیه السـلام می فرماید: «کسـی که زیاد مزاح کند، شکوه و وقار او کم می شود.»(۱) شوخی، سـخنی است که روح‌ها را شادمانه می‌کند و با نشاندن گل لبخند بر لب هـا و انبسـاط در چهره هـا به افراد شـادابی می‌بخشـد. ازاین رو، شـوخ طبعی را می تـوان سـاده ترین راه شـادی بخش دانست. نخستین بهره شوخی، خنـده است و خنـده هرچند اندک، آرامش مطبوعی به روح انسان می‌بخشد که بیشتر با آرامش اعصاب و سبکی ذهن همراه است.

پژوهش‌هـای اخیر ثـابت کرده است شوخی‌های سالم یکی از بهترین راه های مقابله با فشارهای زنـدگی است، به گونه ای که وقتی انسان می خندد، بر فعالیت سازنده قلب می افزاید، امواج مغزی را نظم می‌بخشد، دریچه‌های تنفسـی را اصلاح می کند و احسـاس درد را کـاهش می‌دهـد. شوخی و خنـده‌ای که از انگیزه هـای سـالم برمی‌خیزد، تراوش هورمون‌هـای مربوط به فشار روانی را کم

۱- شرح غررالحکم و دررالکلم، ج ۴، ص ۵۹۱، ح ۷۱۰۱.

می کنـد و توان سیسـتم ایمنی بدن را بالا می‌برد. ازاین رو، حتی در بیماری‌های سـخت و مهلک، شوخ طبعی کمک می کند تا بیمـار زنـدگی خود را بـا شـادی و آرامش بیشـتری سـپری کنـد. بـذله گویی، خندیـدن و خندانـدن، راه هـای مثبتی برای ابراز هیجـان‌هـای خوشاینـد هسـتند. از جمله فوایـد دیگر شوخی آن است که این نوع رفتار سـبب گسترش ارتباطات جمعی افراد و پیونـد و ارتباط با دیگران می‌شود و گاه با شوخی و انبساط حاصل از آن می توان از شـعله‌ور شـدن خشم افراد و پی آمـدهای منفی حاصـل از آن جلوگیری کرد. بسـیار تجربه کرده‌ایم در یـک فضـای خشن و پرتنش، گفتـار و رفتـار خنـده آور یک نفر سبب شده است فضا متفاوت شود و رفتارها و گفتارها دگرگون گردد.(۱)

۱۱. خودآرایی

۱۱. خودآرایی

انسـان به صورت فطری از آراسـتگی، پـاکیزگی و زیبایی ظاهری خشـنود می شود. زیبایی و آراسـتگی ظاهر، ناخواسـته توجه دیگران را به سوی انسـان جلب و ارتبـاط صـمیمانه ای را ایجـاد می کنـد. حـتی اگر این کـارکرد مهم را نداشـته باشـد، سـبب می‌شود دیگران به دلیـل ظـاهر از مـا بیزار و فراری نباشـند. علاـقه به زیبـایی، یکی از ابعاد فطری انسان است که به گفته روان شناسان، بُعدی از ابعاد روح انسان را تشـکیل می‌دهد. قرآن همواره بر این واقعیت تأکید دارد که انسان، عاشق زیبایی‌هاست و این حس مهم‌ترین انگیزه در فعالیت و نشاط در زندگی است.

بـا مطـالعه در زنـدگی معصومـان علیهم السـلام به امـور دیگری برمی‌خـوریم که سـبب شـادی و فرح انسـان می شود، از جمله خضاب کردن، سرمه کشیدن و استفاده

۱- حسن عبدی پور، «جوان و شادی»، بازبینی ۳/۵/۱۳۸۹، سایت اختصاصی نویسنده:www.hasan abdipour.com.

از عطر. این بزرگواران در معاشرت‌ها و ارتباط خود با مردم این امور را در اولویت قرار می دادند تا جایی که نظافت و رسیدگی به زیبایی ظاهر در عین سادگی از جمله ویژگی‌های برجسته پیشوایان دینی ما به شمار می آید.

۱۲. بوی خوش

۱۲. بوی خوش

یکی از عوامل نشاط آور، استفاده از بوی خوش است. انسان با استشمام بوی خوش، نیروی تازه ای می گیرد و به وجد می آید. عطر زدن، از سنت های پسندیده ای است که اسلام بر آن تأکید کرده است. امام جعفر صادق علیه السلام می فرماید: «رسول خدا صلی الله علیه و آله برای بوی خوش بیشتر از خوراکش خرج می کرد.»(۱) بوی خوش سبب ایجاد وجد و نشاط درونی انسان و همچنین کسانی می شود که با او در ارتباط و تعاملند. کمترین کارکرد استفاده از بوی خوش برای فرد آن است که نه تنها مانع ارتباطی در ارتباط فرد با دیگران را کمتر می کند، بلکه مطلوبیت نیز ایجاد می کند.

۱۳. پوشیدن لباس های نیکو

۱۳. پوشیدن لباس های نیکو

ظاهر انسان و نوع پوشش او می‌تواند عاملی برای ایجاد رضایت درونی و به تبع آن، شادی و شادکامی باشد. اینکه انسان به ویژه در جوانی از ظاهر خود احساس رضایت کند، نوعی اعتماد به نفس و احساس پذیرفته شدن به وسیله دیگران به او دست می‌دهد که این امر سبب می‌شود در روابط خود با دیگران، موفق‌تر و شاداب‌تر باشد. شادی و سرور نوعی احساس رضایت مندی و خشنودی است که به وسیله یکی از حواس ادراک می‌شود. از جمله زیبایی‌هایی که با حس بینایی انسان درک و سبب نشاط انسان می‌شود،

۱- وسائل الشیعه، ج ۱، ص ۴۴۳.

آن است که فرد لباسی زیبا و آراسته به تن داشته باشد. امام جعفر صادق علیه السلام در این باره فرمود: «اِلبَسْ وَ تَجَمَّل فَانَّ اللهَ جَمیلٌ، یُحبُّ الجْمَالَ وَلیَکُنَ مِنْ حَلالٍ؛ لباس خوب اختیار و خود را زیباکن؛ که خـدا زیباست و زیبایی را دوست دارد و لباس زیبا باید از راه حلال تهیه شده باشد».(۱)

امروزه، این نظریه روان‌شـناسان به اثبـات رسـیده است که رنـگ هـا می تواننـد بیانگر خلق و خو و احساسات و حالات درونی انسان باشند.(۲) بر این اساس، برای هر رنگی، ویژگی و خواصـی بیان شـده است. بی تردیـد، رنگ روشن مانند سـفید یا سبز، شادی آور است. ازاین رو، پزشـکان و جراحان در اتاق های عمل، از این رنگ اسـتفاده می کننـد تا امیـد به زندگی را در دل بیماران خود ایجاد کنند. معمولاً در جشن ها و عروسـی ها از لباس سـفید اسـتفاده می کنند که پیام آور شادی، نشاط، عشق و محبت است. اسـلام به پوشـیدن لباس های روشن به ویژه سـفید توجه زیادی دارد. امام محمدباقر علیه السلام می فرماید: «هیچ لباسی بهتر از لباس سفید نیست.»(۳) از سوی دیگر، استفاده از لباس سیاه که غم انگیز است، مکروه اعلام شده است. امام علی علیه السلام در این زمینه می فرماید: «لباس سیاه نپوشید که لباس فرعون است».(۴)

۱۴. ورزش

۱۴. ورزش

ورزش، یکی از شاخص‌های زندگی است که متأسـفانه به دلایل بسیار، از جایگاه آن کاسته شده است. افزون بر آثار بهداشتی و درمانی ورزش، فواید و آثار روحی و روانی بسیار مهمی برای آن بیان شده است. ورزش قادر است از انسان

۱- بحارالانوار، ج ۶۲، ص ۱۲۵.
۲- نک: خسرو امیر حسینی، مهارت های شاد زیستن، ص ۱۷۹، به نقل از: مجله معارف اسلامی، ش ۶۰.
۳- بحارالانوار، ج ۷۸، ص ۳۱۳.
۴- همان، ج ۸۰، ص ۲۳۰.

منفعـل و بی‌تحرک، انسانی فعال و بانشاط بسازد. ورزش می توانـد افزون بر تقویت جسم سـبب پرورش و نرمش ذهن و روان انسـان شـود و او را برای فعـالیت‌هـای فکری و روحی بیشـتر و سـخت‌تر آمـاده سـازد. به عبـارتی، تحرک جسـمی و فکری در زنـدگی ماشـینی امروز، در تعادل روحی انسان بسـیار مؤثر است. به تجربه ثابت شده است پس از انجام حرکت های ورزشـی، سرخوشـی و طراوتی به آدمی دست می دهد که شاید تا پایان روز اثرش باقی باشد، ضمن اینکه بر رفتارهای تحصیلی و شغلی نیز اثر می گذارد.

۱۵. تغذیه مناسب

۱۵. تغذیه مناسب

پژوهش ها نشان داده انـد وجود برخی کالری‌ها و مواد غـذایی در رژیم روزانه غـذایی فرد سـبب ایجاد واکنش‌های جسـمی و حتی روحی خـاص می‌شود و هرچه این مواد منطبق بـا نیـاز بـدن تأمین شود، رضایت، فعالیت و تحرک روحی و جسـمی فرد، بیشتر و بهتر خواهـد بود. برخی صـاحب‌نظران تغـذیه می‌گوینـد صـبحانه منـاسبی که حاوی مختصـری مواد قنـدی است، سـهم بسـزایی در شـادی روزانه دارد. همچنین برخی پروتئین های موجود در گوشت و سـبوس غلات و ویتامین ها، نقش مؤثری در شادی بخشی و پیش گیری از افسردگی دارد. نقش سبزیجات و میوه ها به ویژه سیب، پرتقال، زیتون و شیر، در افزایش نشاط، انکارناپذیر است.(۱)

تغـذیه سالم بر فعالیت ضـمیر ناخودآگاه اثر می گذارد و توانایی فرد برای انجام امور واگذار شده به او را افزایش می‌دهد و به این ترتیب، شادی و نشاط او را بالا می برد.

ص:۱۴۰

۱- نک: لیلا علوی مقدم، «راهی به شهر شادی»، مجله حدیث زندگی، ش ۹، ص ۴۶.

۱۶. مسافرت

۱۶. مسافرت

سیر و سفر و تغییر محیط و جابه جایی، زندگی را از یکنواختی ملال آور خارج می کند و نشاط و شادکامی را به ارمغان می آورد. در شعری که به امام علی علیه السلام نسبت داده شده، آمده است:

برای رسیدن به ترقی و تعالی، از وطن های خود دور شوید و مسافرت کنید که در سفر پنج فایده است: تفریح و انبساط روح؛ تحصیل درآمد و تأمین معاش؛ فراگرفتن علم و تجربه؛ یادگیری آداب زندگی و آشنایی با افراد فاضل.(۱)

امام جعفر صادق علیه السلام نیز در این باره می‌فرماید: «انسان خردمند برای کسب خوشی‌های حلال مسافرت می کند.» ایشان در جایی دیگر فرموده است: «سَافِروا تَصِحُّوا، سَافِروا تَغنَموا».(۲) مسافرت کنید تا از جسمی صحیح و روحی سالم برخوردار شوید؛ مسافرت کنید تا از آثار پرفایده حیات بهره‌مند شوید.

بنابراین، از دیدگاه پیشوایان دین و رهبران مذهب، سفر، یکی از عوامل گشایش روح و برطرف شدن ملال‌ها و افسردگی‌هاست.

۱۷. رویکرد به امور احساسی و عاطفی

۱۷. رویکرد به امور احساسی و عاطفی

از جمله مسائلی که می‌تواند به یکنواختی، کسالت و بی‌نشاطی در زندگی انسان دامن بزند، آن است که همه امور را از دریچه محاسبه‌گر عقل برانداز کند و یک سره با نگاهی عقلانی و فلسفی به حیات، دنیا، اطرافیان و زندگی خود بنگرد. اگر این نگاه بر زندگی انسان چیره شود، سبب خواهد شد فرد نتواند احساسات و عواطف خود را که جنبه مهمی از زندگی او هستند،

۱- حسین نوری، مستدرک الوسائل، ج ۸، ص ۱۹۱.

۲- بحار الانوار، ج ۵۹، ص ۲۶۷.

شکوفا و آنها را ارضا کند، در حالی که احساسات و عواطف و بروز آنها در زندگی، خود، مایه شادی، نشاط و خشنودی قلبی و درونی انسان می‌شود. یکی از مهم ترین موارد بروز احساسات و عواطف، شعر و سخنان ادیبانه است. شعر و شادی، هر دو، منشأ درونی دارند و میان آنها رابطه مستقیمی برقرار است. ازاین رو، هرگاه انسان بخواهد احساسات و عواطف خود را بروز دهد، از شعر استفاده می کند.

۱۸. اعتماد به نفس

۱۸. اعتماد به نفس

یکی از اسباب شادی، اطمینان به خود و تجربه آن در عمل است. اطمینان به نفس سبب می‌شود فرد از خود رضایت کامل داشته باشد و خود را با همین توانایی‌ها و محدودیت‌ها به رسمیت بشناسد. گذشته از این، اعتماد به نفس سبب می‌شود انسان بتواند بر غم‌ها، سختی ها و گرفتاری‌ها پیروز شود و این مسائل، بر زندگی، فعالیت ها و هدف های او کمتر اثر بگذارد. افرادی که از اعتماد و اطمینان به نفس کاملی برخوردارند، در ایجاد و استمرار موقعیت‌ها و فرصت‌های شادی و نشاط و حتی استفاده از این فرصت‌ها موفق‌ترند. خانم الیزابت هارلوک، روان شناس معاصر، «سه میم» را عوامل اصلی شادی می داند: محبوبیت؛ مقبولیت؛ موفقیت (۱) و این «سه» وقتی حاصل می شود که انسان به خود اعتماد داشته باشد.

۱۹. تفریح های سالم

۱۹. تفریح های سالم

تفریح و تنوع و گشت و گذار در طبیعت و بوستان‌ها، از عوامل نشاط آور و شادی بخش است. امامان معصوم علیهم السلام ضمن توجه به تفریح ها و لذت های

۱- محمدعلی سلطانی، «شادی پیشوایان»، حدیث زندگی، پیش شماره ۲، بهار ۱۳۷۹، ص ۳۳.

حلال، به اثربخشی این لحظه ها برای پرداختن به ابعاد دیگر زندگی توجه کرده اند. امام رضا علیه السلام می‌فرماید:

کوشش کنید اوقات روز شما چهار ساعت باشد: ساعتی برای عبادت و خلوت با خدا، ساعتی برای تأمین معاش، ساعتی برای معاشرت با برادران مورد اعتماد و کسانی که شما را به عیب هایتان واقف می سازند و در باطن به شما خلوص و صفا دارند و ساعتی را هم به تفریحات و لذایذ خود اختصاص دهید و از مسرت و شادی ساعات تفریح، نیروی انجام وظایف وقت های دیگر را تأمین کنید.(۱)

«دانشمندان علوم انسانی، شادی آفرینی فعالیت های اوقات فراغت را با استفاده از دو تئوری توضیح می دهند. تئوری اول مربوط به انتخاب گر بودن انسان است. از آنجا که فعالیت های اوقات فراغت فعالیت هایی هستند که فرد با توجه به علاقه خود و با آزادی عمل در مورد آنها تصمیم گیری می کند، این گونه فعالیت ها حتی وقتی که فرد را از نظر جسمانی آزار می دهد (مثل ورزش) موجب شادی او می شوند.

تئوری دیگری که نشاط انگیزی فعالیت های تفریحی و اوقات فراغت را تبیین می کند، تئوری انگیزش اجتماعی (social metivation) است؛ زیرا همه فعالیت های اوقات فراغت با وجود تنوع و تفاوت هایی که با هم دارند، به نحوی نیازهای اجتماعی را برآورده می سازند.

زاکرمن (۱۹۷۹) معتقد است فعالیت های اوقات فراغت دو دسته اند: دسته اول، فعالیت هایی هستند که در عین آرامش و بدون تحریک جسمانی انجام می گیرند و سطح برانگیختگی و نشاط انگیزی آنها کمتر است و دسته دوم،

۱- بحارالانوار، ج۷۵، ص۳۲۱، به نقل از: مریم شمس، «جایگاه شادی و تفریح در متون اسلامی»، بازبینی ۲۵/۴/۱۳۸۸، سایت باشگاه اندیشه، http://bashgah.net.

فعالیت هایی هستند که ضمن فعال سازی جسم، با افزایش شور و هیجان همراه هستند و سطح برانگیختگی و نشاط آفرینی آنها بیشتر است».(۱)

۲۰. نشست‌های دوستانه

۲۰. نشست‌های دوستانه

از اموری که در انبساط روح و روان، آرامش و نشاط و شادی انسان بسی مؤثر است، داشتن دوستان نیک و باصفا و برقراری نشست‌های دوستانه و گفت و گوهای صمیمانه است. دوست خوب، تأمین کننده خلأهای عاطفی انسان و در مواردی، جانشین برادر انسان است. امام علی علیه السلام می‌فرماید: «رُبّ اخٍ لَم تَلِدهُ اُمُّکَ؛ ای بسا برادری که مادر تو او را نزاییده است».(۲)

در واقع، اگر غذا نیازهای جسمی ما را تأمین می کند، دوست و رفیق، خوب، آرامش روحی ما را تأمین می کند. اگر دوستی بر پایه مهر و وفا و یک رنگی و صفا، برخاسته از ایمان و نیز اعتقادی واحد باشد، سبب آرامش جان انسان و نشاط روحی اوست.

به وسیله شادابی و نشاطی که از نشست‌های دوستانه و جمع دوستان حاصل می شود، انسان می‌تواند بر مشکلات و سختی‌های زندگی دنیایی پیروز شود. چنان که پیش از این نیز اشاره کردیم، امام رضا علیه السلام سفارش کرده است: «ساعتی از ساعات روزتان را برای معاشرت با برادران باصفا و رفیقان باوفا قرار دهید»(۳).

هیچ شادی نیست اندر این جهان

برتر از دیدار روی دوستان

هیچ تلخی نیست بر دل تلخ تر

از فراق دوستان پرهنر

۱- «شادمانی و عوامل مؤثر بر آن»، مجله تازه های علوم شناختی، ص ۵۴.

۲- شرح غررالحکم و دررالکلم، ج ۴، ص ۷۶، ح ۵۳۵۱.

۳- بحارالانوار، ج ۷۵، ص ۳۲۱.

۲۱. کار و فعالیت

۲۱. کار و فعالیت

از دیگر عوامل شادی‌آور و نشاط‌بخش، تلاش و کار است. انسان اهل حرفه و کار، از چند جهت آرام و شادمان است: یکی اینکه زندگی‌اش را خودش تأمین می‌کند و زیر بار منت دیگران نیست تا همواره در فشار روحی و رنجوری روان قرار گیرد، از سوی دیگر، مفید و مؤثر بودن، احساسی است که در انسان نوعی رضایتمندی معنوی و پایدار ایجاد می‌کند. افزون بر این، کار به دلیل آنکه نیاز به تحرک جسمی و فعالیت بدنی دارد، انسان را از نخوت، تنبلی، بی‌حالی، افسردگی و غم نجات می‌دهد و عامل بهداشت روانی و سلامتی وجود انسان است.

۲۲. کمک به هم کیشان و هم نوعان

۲۲. کمک به هم کیشان و هم نوعان

در بسیاری از ما، جدای از دین و آیین خویش، این احساس فطری و ذاتی نهفته است که پس از برآورده کردن نیاز هم نوعان و هم کیشان خود، حالتی از رضایت مطلق درونی و پایدار، وجودمان را فرا می گیرد. این احساس شادمانی و نشاط چیزی نیست که با تکرار این عمل از بین برود، بلکه چه بسا فرد با تکرار این کمک و همراهی، به هم افزایی مثبت و پیوسته برسد و برخی کمالات دیگر را نیز به دست آورد.

۲۳. بخشش دیگران و گذشتن از خطای آنها

۲۳. بخشش دیگران و گذشتن از خطای آنها

ضرب المثل فارسی می گوید: «لذتی که در عفو است، در انتقام نیست.» توصیف این حالت برای کسی که آن را تجربه و درک نکرده است، کار مشکلی است. با این حال، به جرئت می توان گفت همه ما نمونه هایی از آن را در روابط خانوادگی و اجتماعی خود گرچه از نوع خفیف و ساده

آن، تجربه کرده ایم. گذشت در جایی که انسان بر انتقام، قصاص و تنبیه طرف خطاکار تواناست و البته حق اوست، چنان احساس شادمانی و نشاط وصف ناشدنی و عجیبی پدید می آورد که حاضر است از همه رنج ها، دردها و سختی هایی که از فرد دیده است، چشم بپوشد و از او بگذرد. این احساس درونی منشأ ذاتی و فطری دارد و منطبق بر روح رحمانی، صلح جو و خیرخواه انسان است؛ زیرا اگر منشأ غریزی و حیوانی داشت، همواره انتقام را برمی گزید و مانع از گذشت و بخشش او می شد. فعال شدن این روح رحمانی و پاسخ گویی عملی به این فطرت خیرخواه عاطفی، شادی و نشاطی بزرگ در انسان پدید می آورد که گاه تا پایان عمر همراه اوست و از تکرار آن، لذتی معنوی می برد. چه بسا این خصلت کمالات دیگری را نیز با خود به همراه آورد که جای پرداختن به آن اینجا نیست.

۲۴. سلامت جسمانی

۲۴. سلامت جسمانی

قدر عافیت را کسانی می دانند که از آن بهرمند نباشند. تصور یک نقص جسمانی یا یک بیماری می تواند انسان را نسبت به نعمت سلامت جسمانی خود شکرگزار کند. سلامت جسمانی، منشأ و سبب بسیاری از شادی ها و نشاط هایی است که بر هر امر شادی آور دیگر مترتب است. اگر انسان از موهبت سلامت جسمانی، بی بهره نباشد، نمی تواند برای هیچ یک از شادی های دیگر خود برنامه ریزی کند یا در صورت به دست آوردن، از آن لذت ببرد. نعمت سلامتی را پیش نیاز هر شادی و نشاط روحی و جسمانی می توان دانست. ازاین رو، باید قدر این موهبت را خوب دانست و در حفظ آن، همه مراقبت ها و بایدها و نبایدها را به کار بست.

«سلامت و شادمانی با یکدیگر ارتباط دارند. برخی از تحقیقات، از جمله مطالعات علی پور، نوربالاـ اژه ای و مطیعیان (۱۳۷۹)، بیانگر این نکته هستند که شادی دستگاه ایمنی را تقویت می کند و تقویت دستگاه ایمنی بدن، سلامت فرد را بهبود می بخشد. برخی دیگر از صاحب نظران از جمله مایرز (۱۹۹۲) [نیز] معتقدند که وجود سلامت، شرط اول شادمانی است».(۱)

۲۵. فروتنی

۲۵. فروتنی

تکبر و غرور همواره از یک روح ناآرام، زیاده‌خواه و خیال پرداز سرچشمه می گیرد و چون اندازه ای برای توقف و اشباع ندارد، می تواند انسان را یک عمر در اندوه و نگرانی نگه دارد و پیوسته حسرت احترام، تکریم و نکوداشت به وسیله دیگران را با خود داشته باشد. ازاین رو، تواضع و فروتنی می تواند زمینه های آرامش و لذت بردن از یک زندگی را برای فرد فراهم کند. البته تواضعی که بر اساس معیارهای عقلی و متعادل شکل گرفته است و بر رفعت جایگاه و پایگاه اجتماعی فرد بیفزاید، نه فروتنی و تواضع برخاسته از ناتوانی و ضعف.

۲۶. نظم و انضباط فردی

۲۶. نظم و انضباط فردی

از جمله پدیده هایی که انسان را به مراحلی از شادی و نشاط عمیق و پایدار رهنمون می سازد و به سان ابزاری برای استفاده از دیگر شادی ها به کمک انسان می آید، برنامه ریزی و نظم در زندگی است. شاید کسانی بتوانند این مسئله را به صورت واقعی تجربه کنند که پریشانی و نگرانی ناشی از بی برنامگی و بی نظمی را در زندگی خود تجربه کرده اند. اگر به زندگی

۱- «شادمانی و عوامل مؤثر بر آن»، تازه های علوم شناختی، ص ۵۶.

انسان های بی نظم در زمینه اقتصادی بنگرید، می توانید عمق نگرانی، تشویش و ناامنی ذهنی و روانی آنها را درک کنید. بر این اساس، می توان آسایش و آرامش پدید آمده در سایه نظم و برنامه ریزی و آینده نگری را یک عامل شادی آفرین و نشاط افزا دانست.

۲۷. درک لحظه های بانشاط

۲۷. درک لحظه های بانشاط

شادی برخاسته از درک لحظه های بانشاط بهاری یا صبحگاهی، در هیچ یک از زمان‌های دیگر سال یا روز، تکرارشدنی نیست. بهار به دلیل رویش دوباره طبیعت و دمیدن روح زندگی در کالبد طبیعت و صبح به دلیل طراوت، شادابی و تازه بودن همه چیز و بازآفرینی دوباره انرژی طبیعت، خصلتی شادی آفرین و نشاط افزا دارد. درک ساعت های صبحگاهی سبب انتقال این شادی و نشاط به روح و روان و حتی جسم انسان می شود و استمرار این شادی در فصل بهار یا در طول روز می‌تواند در همه سال یا تا ساعت های پایانی روز همراه انسان باشد و از نظر روحی، او را در برخورد با دیگران و حتی پدیده های منفی کمک کند تا بتواند بر مشکلات و سختی ها پیروز شود و حتی دیگران را نیز از این انرژی مثبت بهره مند سازد. به همین دلیل، در تعالیم انسان ساز اسلامی و شاید در بسیاری از ادیان الهی بر سحرخیزی و درک صفا و طراوت صبحگاهی تأکید و به آن تشویق شده است. بی جهت نیست که روان شناسان، بهترین ساعت های آموزش و ادراک را که فرد آمادگی ذهنی و روحی بالایی دارد، هنگام صبح می دانند.

۲۸. دوری از موقعیت‌ها و شرایط اندوه‌افزا

۲۸. دوری از موقعیت‌ها و شرایط اندوه‌افزا

یکی از عواملی که می‌تواند در ایجاد و استمرار شادی‌ها مؤثر باشد، قرار گرفتن در موقعیت‌های اندوه‌آفرین و غم‌افزاست. چه بسا شرایطی برای

انسان‌ها پیش می‌آید که افراد دچار غم ها و غصه‌هایی می شوند که هیچ دلیل شرعی، عقلی و حتی عرفی برای آنها نمی توان یافت؛ غم‌هایی که منشأ و غایتی دنیایی دارد و برای انسان هیچ سودی هم ندارد. برای اینکه شادی‌های انسان و روحیه او تحت تأثیر این مسائل قرار نگیرد، بهترین راه، پیش گیری از ورود به این موقعیت‌ها و شرایط است.

۲۹. دم ساز شدن با افراد شاد و خوش بین

۲۹. دم ساز شدن با افراد شاد و خوش بین

انتخاب دوستان، هم نشینان و همراهان شاد و بانشاط، یکی دیگر از عواملی است که به انسان کمک می کند اوقات و فرصت‌های شاد و بانشاط بیشتری را تجربه کند. انسان‌های شاد، با انرژی مثبتی که به اطرافیان خود می‌بخشند، قادرند شادی خود را نیز به آنها منتقل کنند. ازاین رو، همراهی و دوستی با آنها می‌توانند غم‌ها را هرچند به صورت موقت از انسان دور سازد. هم نشینی با انسان‌های خوش بین و آنان که همواره جنبه های خوب زندگی را می بینند، به انسان کمک می کند تا آدمی تنها غم ها و غصه ها را نبیند و در کنار سختی های زندگی، امکانات و شادی‌ها و چگونگی برخورداری از آنها را نیز مشاهده کند.

۳۰. روی آوردن به فعالیت‌های گروهی

۳۰. روی آوردن به فعالیت‌های گروهی

یکی از مواردی که برای ایجاد و استمرار شادی، مفید و گاه بی‌بدیل است، شرکت جستن در فعالیت‌ها و کارهای گروهی است. این نوع از فعالیت‌ها سبب می‌شود سختی کار میان اعضا تقسیم گردد. و سختی و مشکلات در پرتو کنار هم بودن اعضا، کم یا قابل تحمل گردد و البته شادی ها و منافع کار نیز میان اعضا تقسیم می شود و هم‌افزایی مثبت میان آنها صورت می گیرد. اگر این فعالیت یا کار در حوزه امور معنوی و اخروی باشد، رضایت و

احساس سبک باری حاصل از آن، خود، بزرگ‌ترین شادی و نشاط را برای انسان به ارمغان می‌آورد.

در واقع، هنگامی که نیازهای انسان به گونه ای درست پاسخ داده شود، وی در راه رضایت و شادی گام برمی دارد و برعکس، اگر برای ارضای نیازهایش به موانعی برخورد کند، به انواع عقده های روانی دچار می شود. البته نکته مهم در این موضوع آن است که ارضای نیازها به هر طریقی، انسان را شاد و راضی نمی کند، بلکه تأمین نیازها در تعامل با ویژگی انتخاب گری انسان، تعیین کننده شادی اوست.

دکتر ریچارد لیارد، در کتاب معروف و پژوهشی خود به نام شادی که در سال ۲۰۰۴ م. منتشر شده است، با تأکید بر هفت عامل شادی آفرین؛ آنها را به ترتیب اهمیت این گونه بیان می کند: «ارتباطات خانوادگی، وضع اقتصادی، شغل، اجتماع و دوستان، وضع سلامتی، آزادی شخصی و ارزش های شخصی».

به گفته او، کیفیت روابط ما با دیگران بیش از همه چیز بر شادی مان اثر می گذارد. لیارد در کتابش، پژوهش های دیگری را به عنوان شاهد می آورد تا تأکید کند ثروت تنها زمانی سبب شادی افراد می شود که او را از مرحله فقر درآورد و سبب آسانی امرار معاش شود، ولی پس از این مرحله، افزایش ثروت در بالا بردن میزان شادی نقش چشم گیری ندارد.

دکتر لیارد با آمار و ارقام نشان می دهد که اگرچه در پنجاه سال اخیر، کشورهای غربی به ویژه امریکا و انگلیس، ثروتمندتر و ملت های آنها از خوراک و لباس بیشتر، خانه و ماشین بزرگ تر و امکانات و بهداشت بهتر برخوردار شده اند، ولی بر شادی آنها افزوده نشده است.(۱)

---

۱ - ۱برگرفته از: سایت روزنامه همشهری: http://www.hamshahrionline.ir/News/?id=۵۴۶۲۸، بازبینی: ۱۲/۸/۱۳۸۸.

این فصل را با این حدیث شریف از امام جعفر صادق علیه السلام به پایان می بریم:

ده چیز باعث نشاط و شادابی در انسان است: پیاده روی، سوارکاری، شنا، نگاه کردن به طبیعت سرسبز، خوردن و آشامیدن، نگاه به صورت زیبا، انجام تکالیف زناشویی، مسواک زدن، گفت و گو با مردمان.(۱)

۳۱. وضعیت اقتصادی

۳۱. وضعیت اقتصادی

برخی می کوشند وضعیت اقتصادی بهتر را تنها عامل شادی و شادکامی بدانند و برخی نیز درصددند به صورت کامل، منکر آن شوند، ولی واقعیت آن است نه می توان پول، ثروت و برخورداری مالی را تنها عامل خشنودی، شادکامی و شادی دانست و نه نقش آن را می توان به کلی منکر شد.

دایز بسوف لوکاس و اسمیت (۱۹۹۹) چنین گزارش می کنند که مردم کشورهای ثروتمند از کشورهای فقیر، شادترند، اما مایزر (۲۰۰۰) چنین بیان می کند که بین سطح درآمد و شادی در میان مردم امریکا، کانادا و اروپا هم بستگی ضعیفی وجود دارد.

آرجیل (۱۹۹۹) معتقد است بین درآمد و شادمانی ارتباط مثبت وجود دارد، اما پژوهش های وی نشان داده است که این ارتباط در بین اقشار کم درآمد، بیشتر است؛ یعنی درآمد تا اندازه ای که نیازهای مادی افراد را برطرف می سازد، بر شادمانی تأثیر دارد، ولی درآمد بیشتر از حد مورد نیاز شادمانی را افزایش نمی دهد.(۲)

وقتی به سخن و سیره بزرگان دین مراجعه می کنیم، درمی یابیم که پول و دارایی و مکنت، تنها عامل شادمانی و شادکامی معرفی نمی شود، بلکه بهره مندی از آنها در حد ضرورت و بی نیازی است که می تواند برای انسان، سعادت آفرین باشد.

۱- وسائل الشیعه، ج ۲، ص ۱۱، ح ۲۴.

۲- «شادمانی و عوامل مؤثر بر آن»، مجله تازه های علوم شناختی، ص ۵۵.

«مایکل فوردیس، روان شناس امریکایی برای افزایش شادی، برنامه ای تهیه کرده که شامل چند تکنیک است. این برنامه که وی آن را برنامه چهارده عنصری نامیده است، به شرح زیر است:

خود را مشغول نگه دارید و فعال تر باشید؛

وقت بیشتری را به روابط اجتماعی اختصاص دهید؛

در کارهای بامعنا، بارور باشید؛

امور زندگی تان را به نحو بهتری طرح ریزی و سازمان دهی کنید؛

از نگرانی دست بردارید؛

سطح انتظارات و آرزوهایتان را پایین آورید؛

تفکر مثبت و خوش بینانه را در خود بپرورانید؛

در زمان حال زندگی کنید؛

سعی کنید شخصیت سالم تری داشته باشید؛

شخصیتی اجتماعی و برون گرا داشته باشید؛

خودتان باشید؛

احساسات و مسائل منفی را از بین ببرید؛

روابط نزدیک، نخستین منبع شادی است؛

شادی را در درجه نخست اولویت قرار دهید.

در یک بررسی، ۸۹ درصد از شرکت کنندگان گفتند که این برنامه به آنها کمک کرده است تا خلق غمگین خود را متوقف سازند، با آن مقابله نمایند یا آن را به تأخیر بیندازند. ۸۰ درصد نشان دادند که این برنامه، سطح شادی شان را افزایش داده است و ۳۶ درصد مدعی بودند که افزایش شادی آنها خیلی زیاد بوده است».(۱)

۱- روان شناسی شادی، ص ۱۱۸.

فصل پنجم: آسیب شناسی شادی و نشاط

اشاره

فصل پنجم: آسیب شناسی شادی و نشاط

شادی نیز مانند دیگر جنبه زندگی انسانی دارای آسیب هایی است که اگر این آسیب‌ها به درستی شناسایی و راه‌های مقابله با آن بازشناسی نشود، می‌تواند پی آمدهای گاه جبران ناپذیری را داشته باشد. در این موضوع، دو نوع آسیب را می‌توان رصد کرد: اول آن دسته از آسیب‌ها که ناشی از نبود شادی‌های فردی و اجتماعی است و دوم آسیب هایی که بر شادی و نشاط بی ضابطه در جامعه مترتب است. در بخش اول لازم است به مهم‌ترین این آسیب‌ها که ممکن است ناشی از نبود شادی و نشاط در بین افراد جامعه باشد، اشاره کرد و سپس آسیب‌های نوع دوم را برمی شماریم.

۱. آسیب های ناشی از نبود شادی های فردی و اجتماعی

اشاره

۱. آسیب های ناشی از نبود شادی های فردی و اجتماعی

در یک قضاوت کلی باید بگوییم از دست دادن همه مزایا، دستاوردها و ثمرات شادی و نشاط چه در حوزه فرد و چه در حوزه اجتماع، بزرگ‌ترین آسیبی است که از ناحیه غفلت در شادی و نشاط متوجه افراد یا جامعه می شود. اگر بخواهیم این آسیب‌ها را برشماریم، فهرست مفصلی را باید فراهم کنیم، اما در این مختصر مهم‌ترین آنها بیان می شود.

الف) آسیب‌های فردی

اشاره

الف) آسیب‌های فردی

زیر فصل ها

یک ــ ناامیدی

دوــ پریشانی و ناآرامی

سه ــ اختلال در تفکر و اندیشه

چهار ــ ناکامی در ارتباطات بین فردی

پنج ــ ناکامی در تغییر و تأثیر بر محیط

شش ــ بیماری های روحی و جسمی

یک ــ ناامیدی

یک ــ ناامیدی

با گذشت زمان، غم و اندوه بخشی از شخصیت ثابت فرد بی نشاط را تشکیل می‌دهد، به گونه ای که او قادر نیست پدیده‌ها و وجوه مثبت زندگی را ببیند. به همین دلیل، ناامیدی نسبت به آینده در او موج می‌زند و سبب می‌شود سایه سنگین این ناامیدی بر همه شئون زندگی او سایه افکند. این حالت نه تنها موفقیت و پیشرفت را از او سلب می کند، بلکه جریان معمول زندگی او را نیز با موانع و مشکلات نامتعارف روبه رو می سازد؛ مشکلاتی که خود قادر به حل آنها نیست.

دوــ پریشانی و ناآرامی

دوــ پریشانی و ناآرامی

از جمله مزیت‌های شادی و نشاط در حوزه فردی، ایجاد آرامش و سکون است. اگر کسی نتواند برای خود زندگی شاد و بانشاطی رقم زند و بر غم‌ها و رنج های روحی خود پیروز آید، از آرامش و انبساط خاطر محروم خواهد بود و به جای آن، پریشانی‌ها، نگرانی ها و ناآرامی‌های روحی بر او چیره خواهد شد. در این صورت، حیات مادی او که می‌تواند کانونی برای کسب کمالات معنوی و مادی باشد و بستری برای رشد و پیشرفت و تعالی او شود، به کانون نگرانی ها و فشارهای روانی تبدیل خواهد شد.

«سالوی، راتمن، رتولر، دولر و استوارد (۲۰۰۱) نیز معتقدند که عواطف مثبت به ویژه شادی، فعالیت های قلبی ــ عروقی و سیستم ایمنی را بهبود می بخشد.

وینهون (۱۹۹۸) نیز ارتباط شادمانی با سلامت را چنین بیان می کند که اولاً فقدان شادمانی استرس زا است و استرس می تواند بیماری های خطرناکی تولید کند. ثانیاً فرد شادمان در صورت مواجهه با یک بیماری سخت، بهتر می تواند از

ص:۱۵۴

پس آن برآید. ثالثاً شادمانی برای رشد روانی فرد، لازم و مفید است؛ زیرا شادمانی به شخص کمک می کند که با فشارهای روحی مقابله کند».(۱)

سه _ اختلال در تفکر و اندیشه

سه _ اختلال در تفکر و اندیشه

از جمله دستاوردهایی که برای شادی و نشاط برمی‌شمارند، آن است که شادی و نشاط به فرآیند تفکر معمولی و تفکر خلاق انسان کمک شایانی می کند. شادی و نشاط سبب می‌شود ذهن انسان با قدرت انتقال بیشتر و خلاقانه‌تر به حل مسئله بپردازد. بنابراین، بهترین زمان ادراک را زمان‌هایی دانسته‌اند که در آن، شادابی و نشاط روحی انسان بیشتر است؛ ساعت های اولیه صبح، فصل بهار و امثال آن.

در نتیجه، کسی که از شادی و نشاط بهره‌ای ندارد، نمی‌تواند از این موهبت نیز بهره مند شود. به عبارتی، اگر غم ها و غصه ها بر او چیره شوند، فرآیند معمولی تفکر او نیز با آسیب‌های جدّی روبه رو می شود و در برخورد با مسائل جاری زندگی از گزینش بهترین راه حل‌ها درمی‌ماند.

چهار _ ناکامی در ارتباطات بین فردی

چهار _ ناکامی در ارتباطات بین فردی

ارتباطات بین فردی انسان، در اثر عواملی، تقویت یا تضعیف می‌شود. از جمله ویژگی‌هایی که سبب می‌شود ارتباطات بین فردی انسان گسترش یا تعمیق یابد شادابی و نشاط روحی است. به صورت معمول، افراد شاد دارای قدرت جذب بیشتری هستند و در ارتباطات بین فردی خود موفق ترند و از این رهگذر به توفیق بیشتری دست می یابند. حال اگر فرد این ویژگی مهم را نداشته باشد، بسیار روشن است که روابط فردی و جمعی او با ناکامی روبه رو خواهد شد.

ص:۱۵۵

۱- «شادمانی و عوامل مؤثر بر آن»، مجله تازه های علوم شناختی، ص ۵۵.

آقای منصور بهرامی، روان شناس و عضو انجمن بین المللی رفتار متقابل، چنین اعتقاد دارد که شادی، زبان بسیار نافذ و عالم گیر است. در تحلیل رفتار، می توانیم سه نوع ارتباط برقرار کنیم:

۱. ارتباط کلامی (شامل کلام و نوشتار)؛

۲. ارتباط رفتاری؛

۳. ارتباط احساسی. هرگاه آن دو نوع ارتباط درباره یک فرد جواب نداد، با ارتباط احساسی می توان به ایجاد ارتباط پرداخت. این ارتباط احساسی به وسیله ابزارهایی همچون شادی و غم انجام می شود.

پنج _ ناکامی در تغییر و تأثیر بر محیط

پنج _ ناکامی در تغییر و تأثیر بر محیط

تأثیر بر محیط، برگرفته از قدرت فرد است که منشأ آن می‌تواند مختلف باشد، از جمله قدرت سازمانی، قدرت تخصص و قدرت کاریزماتیک، یکی از عواملی که می‌تواند قدرت انسان را در تأثیر بر افراد یا محیط اطراف خود تقویت کند، داشتن روحیه شاد و بانشاط است. انسانی که از این عامل بسیار مهم بی‌بهره است، نمی‌تواند به صورت شایسته، به تغییر افراد یا محیط اطراف خود دست زند یا دست کم باید بگوییم در این راه با موانعی جدی روبه رو می شود.

شش _ بیماری های روحی و جسمی

شش _ بیماری های روحی و جسمی

امیر مؤمنان، حضرت علی علیه السلام می فرماید: «اندوه، جسم را تباه می کند.»(۱) حضرت امام خمینی رحمه الله نیز دراین باره می فرماید: «غم و اندوه و یأس و ناامیدی از جنود شیطان به شمار آمده، به گونه ای که با ترفندهایی، آدمی را مسخّر شیطان می سازند».(۲)

۱- غررالحکم و دررالکلم، ج ۱، ص ۴۵۴.

۲- صحیفه نور، ج ۱۰، ص ۷۵.

یافته‌های علمی نیز نشان داده است که سلامت روحی و جسمی انسان های شاد بیشتر از افراد دیگر است و حتی واکنش سازوکار بدن انسان های شاد به بیماری‌ها نسبت به افراد ناشاد و بی‌نشاط، متفاوت است. بنابراین، انسانی که برای پیش گیری از بیماری‌های روانی از این عامل بی بهره است، به راحتی به این بیماری‌ها دچار می شود و بیش از هر چیز، بیماری‌های روحی و آسیب‌های روانی، از او انسانی رنجور، منزوی، ناامید و غیرفعال می‌سازد.

ب) آسیب‌های خانوادگی

اشاره

ب) آسیب‌های خانوادگی

می‌توان گفت بسیاری از ناهنجاری‌ها و بی تعادلی‌ها در رفتار اجتماعی انسان در نارسایی‌های احساسی، عاطفی و عقلانی وی در خانواده ریشه دارد؛ مشکلاتی که به یقین در شکل‌گیری شخصیت افراد بسیار مؤثر است و سبب ایجاد برخی روحیات و رفتارهای ناهنجار و غیرطبیعی می‌شود. به تعبیری، بسیاری از آسیب‌های اجتماعی در نارسایی‌ها و کاستی های تربیتی و اخلاقی در خانواده ریشه دارد که برای رفع آنها باید به خانه بازگردیم و بنای تربیت را در خانواده جدّی‌تر پی گیری کنیم. به اعتقاد نویسنده، نبود شادی و نشاط در خانواده، یکی از این کاستی‌هاست که سبب می‌شود افزون بر آثار و پی آمدهای منفی بر افراد خانواده و آثار و پی آمدهای خانوادگی، آثار بلندمدت خویش را بر جامعه نیز تحمیل کند و سبب ایجاد برخی ناهنجاری ها و مشکلات و رفتارهای منفی اجتماعی شود. این کاستی، پدیده افسردگی فراگیر جامعه نیز تأثیر مستقیم، آنی و بلندمدت دارد. اینک برآنیم برخی آسیب‌های ناشی از نبود محیط شاد و بانشاط در خانواده را بررسی کنیم.

ص:۱۵۷

یک _ از بین رفتن زمینه ها و فرصت های تربیت در خانواده

یک _ از بین رفتن زمینه ها و فرصت های تربیت در خانواده

بدیهی است در فضای شاد و محیطی که صمیمیت و دوستی در آن موج می زند، تربیت فرزندان، ممکن‌تر، مناسب‌تر و آموزه‌های تربیتی در روح و روان آنان، ماندگارتر و در نتیجه، در رفتار کودکان، نمایان‌تر است. اگر خانه و خانواده، محیطی شاد و بانشاط نباشد، تحمل بودن در آن محیط برای فرزندان دشوار می‌شود، چه رسد به آنکه بخواهند تحت تأثیر تربیتی خانواده، از خانواده بیاموزند و زمینه‌های پذیرش تربیتی و اخلاقی برای آنها فراهم شود. بنابراین، اگر نتوانیم خانواده را به کانون شادی‌ها و نشاط‌های پایدار تبدیل کنیم، تلاش ما برای هرگونه تربیت و اصلاح رفتار اعضای خانواده حاصلی نخواهد داشت.

دو _ تربیت نسلی خموده و ناامید

دو _ تربیت نسلی خموده و ناامید

خانواده، رکن بزرگ تربیت و کانون نهادینه کردن روحیات، رفتارها و باورهای فرزندان است. نهادینه کردن شادی و نشاط در شخصیت، باور و رفتارهای کودکان سبب می‌شود در آینده نیز افرادی با همین ویژگی‌ها در محیط بزرگ‌تری همچون جامعه نقش ایفا کنند و این ویژگی ها را ترویج دهند. اگر خانواده و به صورت مشخص، پدران و مادران نتوانند در ایجاد و گسترش شادی و نشاط در محیط خانه توفیق یابند و بیش از آنکه به شادی و نشاط پایدار درونی اعضا توجه کنند، به تأمین معیشت و زندگی مادی آنها اهتمام ورزند، در تربیت نسلی شاد و بانشاط توفیقی حاصل نخواهند کرد.

نبود فضایی شاداب و باطراوت، مساوی با افزایش تدریجی غم‌ها و ناملایمات روانی است که بدیهی‌ترین نتیجه آن، فشارهای روانی و ناهنجاری های روحی و رفتاری در درون خانواده و در مرحله بعد در اجتماع خواهد بود.

«مطالعات گوناگون، افراد شاد را با این ویژگی ها توصیف می کنند:

۱. افراد شاد از عزت نفس و احترام به نفس بالایی برخوردارند و خود را دوست دارند (ژانوف و بولمن ۱۹۸۹؛ مایرز ۱۹۹۳)؛

۲. افراد شاد احساس کنترل شخصی بیشتری در خود احساس می کنند (دومونت ۱۹۸۹؛ ولارین ۱۹۸۹)؛

۳. افراد شاد، خوش بینند (دمبرو بروک ۱۹۸۹؛ سلیگن ۱۹۹۱)؛

۴. افراد شاد، برون گرا هستند و در ارتباط با دیگران، توان مندند (واینر و همکاران، ۱۹۹۲)».(۱)

بدیهی است هنگامی که شادی از خانواده ای رخت بربندد، همه این ویژگی ها در تک تک افراد خانواده از بین خواهد رفت و جای خود را به صفات ضد آن خواهند داد، به گونه ای که ارتباط نداشتن با دیگران، بدبینی، کنترل کمتر بر خود و عزت نفس و احترام به نفس کمتر جای گزین آنها خواهد شد و اثرگذاری آن بر فرزندان نیز اجتناب ناپذیر می شود.

سه _ ترجیح دادن محیط‌های دیگر بر خانه

سه _ ترجیح دادن محیط‌های دیگر بر خانه

یکی از اصولی که همواره برای تربیت درست فرزندان به آن سفارش شده، این است که خانواده باید ابتدا بتواند خانه را کانون همه زیبایی‌ها، شادی‌ها و تعلقات فرزندان کند. در این صورت، فرزندان هیچ محیطی را بر خانه ترجیح نخواهند داد و هیچ شادی بیرونی را بدون پدر و مادر خویش تجربه نخواهند کرد. به ویژه در سنین حساس نوجوانی و جوانی، وابستگی‌های عاطفی و تعلقات احساسی و عقلانی فرزندان به خانواده سبب می‌شود به محیطی غیر از خانواده روی نیاورند. حال اگر خانواده به جای تبدیل شدن به کانون

۱- فاطمه صادقیان، «شادی چیست؟ شادمان کیست؟» پیوند، اسفند ۱۳۸۶، ش ۳۴۱، ص ۲۰.

شادی، نشاط، شادابی و طراوت، به محیطی سراسر خمودگی، ناامیدی، غم، تضاد، برخورد و تعارض تبدیل شود، فرزندان نه تنها احساس تعلقی به آن نخواهند داشت، بلکه درصدد فاصله گرفتن از این محیط برخواهند آمد.

«مادران و پدران باید بدانند که احساسات کودکان بسیار تند و شدید است؛ دوستانه با ایشان مذاکره کنند و مشاوره و راهنمایی کنند. در محیط خانواده، وسایل و اسبابی فراهم کنند که کودکان با عقل، روح و قلب خود به سوی محیط شاد و سرورانگیز خانه پیوسته مشتاق باشند. محیط شاد و شورانگیزی خانه، پیوسته از پاسخ گویی به خواهش های مشروع و معقول کودک آغاز می شود».(۱)

چهار ـ رواج بیماری های روحی در خانواده

چهار ـ رواج بیماری های روحی در خانواده

همان گونه که پیش از این نیز اشاره کردیم، شادی و نشاط سبب می‌شود نظام روحی و روانی و همچنین سازوکارهای جسمی در برابر بیماری‌های روانی و جسمی، از خود مقاومت نشان دهند و در برابر آنها، از مصونیتی مطمئن بهره مند شوند. در نتیجه، هنگام بیماری‌های روانی و جسمی، انسان‌های شاد، زودتر و بهتر در مقابل بیماری واکنش نشان می دهند و بر آن چیره می شوند.

در صورتی که شادی و نشاط از خانواده ای رخت بربندد و وسایل و ابزار نشاط و طراوت واقعی روحی انسان فراهم نشود، نه تنها زمینه مبتلا شدن به بیماری‌های روحی و جسمی فراهم خواهد شد، بلکه مقاومت روحی اعضای خانواده برای رویارویی با این بیماری‌ها و مداوای آنها نیز از میان خواهد رفت.

۱- احسان الله محمدی، «سرفصل های اساسی و ساده زندگی خانوادگی»، مجله الکترونیک ویستا، خرداد ۱۳۸۹، آدرس سایت: www.vista.ir.

پنج ــ توقف رشد سجایای اخلاقی

پنج ــ توقف رشد سجایای اخلاقی

شایـد این تجربه همگانی باشد که برای رشد و گسترش سـجایای اخلاقی و اخلاق پسـندیده انسانی و نیز نهادینه کردن آن در خـانواده، هیـچ عنصـری مؤثرتر از ایجـاد یـک فضای شاد و بانشاط نباشـد؛ زیرا این فضا سـبب ایجاد صـمیمیت و دوستی میان اعضـای خـانواده می‌شود و این امر زمینه رفتارهـای اخلاـقی و پسـندیده و نیز تکرار آن را برای همه اعضای خانواده فراهم می کند.

بدیهی است در صورتی که خانواده نتواند به ایجاد و گسترش محیط شاد و بانشاط خانوادگی همت گمارد و شادی‌های پایدار را در خـانواده گسترش دهـد، این زمینه منـاسب برای گسترش سـجایا و رفتارهای اخلاقی هم از میان خواهـد رفت. به عبارتی، بدیهی است در محیطی که به جای شادی و شادکامی و نشاط، ستیزه و کشـمکش و رنج و افسـردگی حاکم است، زمینه ایثار، فـداکاری، گـذشت، یـاری، همکـاری، تعـاون، خـوش اخلاـقی و صـدها سـجیه اخلاـقی دیگر فراهم نیست و حتی اگر کسـی بخواهد، به دشواری از عهده آن برخواهد آمد.

شش ــ کاهش ارتباطات خانوادگی و تعاملات اجتماعی

شش ــ کاهش ارتباطات خانوادگی و تعاملات اجتماعی

این پدیـده بسیار طبیعی و پـذیرفتنی است که شوق و اشتیاق ما در رفت و آمد با خانواده‌هایی که اعضای آن در فضایی شاد و باطراوت، زندگی و با یکدیگر تعامل می‌کنند، بسیار زیاد است؛ زیرا بخشی از نیاز انسان در ارتباطات و تعاملات خانوادگی و اجتمـاعی، به دست آوردن یـا رقم زدن لحظه‌های شاد و بهره‌منـدی از انرژی و شادکامی قابل انتقالی است که در برخی افراد، خـانواده هـا، محیـط‌هـا یا لحظه‌ها یافت می‌شود. انسان در ارتباطات خویش با خانواده‌های شاد، می‌توانـد از این شادکامی بهره مند شود و ساعت های خوش و لحظه‌های

شادی آوری را برای خود به ارمغان آورد. ازاین رو، پیوسته در حفظ این ارتباطات و رفت و آمدها می کوشد تا همواره از مزایای آن بهره‌مند شود. زمانی که خانواده از این عنصر بسیار مؤثر بی‌بهره است، رفت و آمد و تعامل خانوادگی به حداقل ها کاهش می یابد و گاه به هیچ می رسد.

شاید بتوان گفت یکی از دلایل کم شدن تعاملات و رفت و آمدهای خانواده‌ها در دنیای متمدن امروز، چیرگی ناراحتی های روحی و روانی، کاهش شادی‌ها و نشاط‌های خانواده‌ها و نبود لذت‌های حاصل از شادی و نشاط دور هم بودن‌ها باشد.

ج) آسیب های اجتماعی

اشاره

ج) آسیب های اجتماعی

با مطالبی که در حوزه آسیب‌های فردی و خانوادگی گفتیم، نبود شادی و نشاط در جامعه ـ اعم از شادی و نشاط فردی، خانوادگی و اجتماعی ـ می تواند چه آسیب‌ها و پی آمدهای سهمگینی داشته باشد. شاید در اینجا بتوانیم به برخی این پی آمدهای منفی اشاره کنیم، ولی نباید خواننده گرامی از این نکته غفلت کند که این آسیب‌ها هم در گستره و هم در عمق، فراتر از آن چیزی است که ممکن است برشمرده شود یا به ذهن آید؛ زیرا بودن یا نبودن عنصر شادی و نشاط در زندگی انسان می‌تواند بر همه شئون فردی، خانوادگی و اجتماعی او تأثیرهای متقابل و هم افزا داشته باشد. و چون پدیده‌های روحی در فرد، تربیتی در خانواده و اجتماعی در جامعه، در صورت تأثیر، همه حوزه‌ها را متأثر می‌سازد، این تأثیرها را از جنبه‌های مختلف می توان مطالعه کرد که به صورت طبیعی در این مجال و مختصر نمی گنجد. حال باید دید نبود شادی چه آسیب های اجتماعی را رقم می زند؟ پاسخ این پرسشی را در سطرهای زیر پی می گیریم.

ص:۱۶۲

یک _ دور شدن جامعه از مسیر رشد و تعالی

یک _ دور شدن جامعه از مسیر رشد و تعالی

بی گمان، هر جامعه ای با هر ایدئولوژی و راهبردی، به صورت مشخص در پی دست یابی به هدف هایی است که می تواند نقطه پایانی این جهان محدود یا حتی فراتر از ابعاد مادی جهان موجود باشد. در مقابل، عواملی وجود دارد که می تواند هر جامعه ای را در رسیدن به آرمان های خود یاری کند یا آن را از دست یابی به این هدف ها و آرمان ها بازدارد. بسیاری از این عوامل در جوامع مختلف، مشترکند و برخی نیز ویژه بعضی جوامع هستند. شادی و نشاط، در زمره عوامل مشترکی است که در دست یابی یا ناکامی جوامع انسانی به هدف ها، تأثیر انکارناپذیری دارد. چه جوامعی که به حاکمیت ارزش های الهی و دینی می اندیشند، چه جوامعی که به نهادینه کردن ارزش های اخلاقی همت می گمارند و چه جوامعی که پی اجرا کردن ارزش های سکولاریستی هستند و حتی جوامعی که هدف آنها فقط و فقط حاکمیت قانون است و بس، همه اقرار دارند که شادی و نشاط مسیر دست یابی به هدف غایی زندگی اجتماعی را آسان می کند. حال که چنین است، روشن می شود نبود شادی، نشاط و طراوت اجتماعی، تا چه اندازه می تواند در مسیر دست یابی جامعه به آرمان های خود، مانع و مشکل ایجاد کند. جامعه ای که غم ها و غصه ها در آن موج می زند، نه به ارزش های معنوی اهمیت می دهد، نه به ارزش های اخلاقی، نه به تعالیم سکولاریستی و نه حتی به حاکمیت قانون.

دو _ توسعه نیافتگی فرهنگی، اجتماعی، سیاسی و اقتصادی

دو _ توسعه نیافتگی فرهنگی، اجتماعی، سیاسی و اقتصادی

موضوع توسعه و ابعاد مختلف آن، در سال های پایانی قرن بیستم مطرح شد و هر کشوری، بر اساس آن، تعریف و برداشتی خاص و متناسب با شرایط و اقتضائات بومی خود بیان داشت. توسعه همه جانبه، مفهومی

است که هر جامعه و کشوری خود را نسبت به آن موظف و ناگزیر می بیند؛ زیرا در جهانی که رقابت سیاسی، اقتصادی و فرهنگی نمود بارز آن است، چاره ای جز حرکت مداوم و پرشتاب به سوی آن وجود ندارد. رشد توسعه، نیازمند زیرساخت‌هایی است که از مهم‌ترین آنها در حوزه نیروی انسانی، وجود نیروی انسانی باطراوت، شاداب، امیدوار و مؤثر و مولد است. بسیاری از متفکران هنگامی که به شاخص های توسعه می پردازند، نرخ حضور چنین جمعیتی را در یک کشور به عنوان موتور محرک توسعه معرفی می کنند. با چنین رویکردی باید گفت نبود شادی و نشاط اجتماعی، یعنی محروم بودن از یک عنصر مهم در مسیر رشد و توسعه همه جانبه کشور.

دکتر عبدالحسین ساسان، استاد اقتصاد دانشگاه اصفهان می گوید:

اگر بخواهیم پیشرفت یک جامعه را تعریف کنیم، ممکن است ناگزیر شویم از شاخص های اقتصادی مانند نرخ رشد یا درآمد سرانه بهره برداری کنیم، درحالی که «شادمانی»، مهم ترین نشانه پیشرفت یک اجتماع است. حتی امیدواری به آینده [که از شاخصه های توسعه است]، چیزی جز استمرار شادمانی نیست.(۱)

در جامعه غم زده، انرژی، وقت و درآمد افراد صرف برطرف کردن غم ها و ناراحتی های روحی و روانی می‌شود و فرصتی برای همراهی اجتماعی در مسیر رشد و توسعه وجود ندارد. مواردی مانند اقتصاد سالم، فرهنگ اصیل و مشارکت اجتماعی گسترده، همه در پرتو یک جامعه شاد و بانشاط پدید می آید. به عبارتی، شادی چون اکسیری است که در همه این حوزه‌ها اعجاز می کند.

۱- نک: عبدالحسین ساسان، «شاخص های شادی آفرین، شاخصه های غم افزا»، اقتصاد ایران، خرداد ۱۳۸۹، ش ۱۳۶، ص ۲۰.

از سال ۲۰۰۰ میلادی به بعد، در نگاه سازمان ملل متحد، برای تعیین سطح توسعه یافتگی کشورها، متغیرهای نشاط، امید به آینده، خشنودی و رضایت مندی افراد جامعه نیز به عنوان یک متغیر کلیدی وارد محاسبات شده است.(۱)

سه ـ رشد جرایم و ناهنجاری‌های اجتماعی

سه ـ رشد جرایم و ناهنجاری‌های اجتماعی

شاید بدیهی‌ترین نتیجه غفلت از شادی و نشاط در جامعه، رشد جرایم و ناهنجاری های اجتماعی باشد. رابطه میان این دو متغیر آن قدر جدّی و آنی است که روان شناسان اجتماعی و جامعه شناسان زیادی به موضوع شادی و نشاط به عنوان عامل بزرگ کاهش ناهنجاری های اجتماعی و بزهکاری اشاره کرده و جایگاه آن را بسیار مؤثر و حیاتی دانسته اند.

شادی و نشاط، در درمان دردهای روانی و روحی که به رفتارهای ناهنجار و مجرمانه در جامعه می انجامد و نیز پیش گیری از مبتلا شدن به آنها، نقش اساسی دارد، بدین گونه که سبب تخلیه هیجان های درونی، انباشته نشدن ناکامی ها و عقده های روانی و آزاد شدن انرژی های دوران نوجوانی یا جوانی است. هیچ یک از عناصر روحی انسان به اندازه شادی و نشاط نمی تواند چنین نقش پیشگیرانه‌ای در کنترل ناهنجاری‌های رفتاری در اجتماع داشته باشد. همان گونه که گفتیم، شادی و نشاط را می توان عامل درمان این ناهنجاری های نیز نامید؛ زیرا در سایه ترویج آن، بزرگ ترین دلیل این ناهنجاری‌ها، یعنی ناامیدی و احساس شکست و ناکامی از میان خواهد رفت. دکتر امان الله قرایی مقدم دراین باره می گوید:

شاد کردن و شاد بودن جامعه موجب پیشرفت و توسعه اجتماعی، اقتصادی و سیاسی ـ فرهنگی و خانوادگی جامعه می شود؛ از بسیاری

۱- نک: رضا صفری شالی، بررسی عوامل نشاط انگیز در بین جوانان استان قم، ۱۳۸۷.

مسائل و بروز انواع آسیب های جامعه، جرم و بزهکاری، طلاق، نابسامانی خانوادگی و سایر مسائل جلوگیری به عمل می آید؛ اختلالات روحی در جامعه کمتر می شود.(۱)

بـدیهی است نبود شادی و نشاط در جامعه می توانـد این پدیده های منفی را در جامعه ایجاد کند یا افزایش دهد. نبود نشاط و شادی در جامعه نتایج بسیاری را در پی دارد که از آن جمله می توان به افسردگی، بدبینی، ارزیابی منفی رویدادها، بی علاقه بودن به کار، نبود وجدان کاری، اعتیاد به مواد مخدر، ناهنجاری های اجتماعی و رواج خشونت اشاره کرد.(۲)

چهار ـ جای گزین شدن شادی های کاذب

چهار ـ جای گزین شدن شادی های کاذب

آنچه مسـلم و قطعی است، این است که جامعه به تخلیه هیجان های واقعی یا کاذب نیاز دارد؛ هیجان هایی که نادیده انگاشـتن آنها نه تنها سـبب از بین رفتن و فراموشی آنها نخواهد شد، بلکه با شدت و سرعت بیشتری، در قالب‌های ناهنجار رخ می دهد. روی آوردن جوانان به عرفان‌های کاذب و معنویت های دروغین، داروهای شیمیایی روان گردان و اعتیادهای نوین حکایت از آن دارد که اگر شادی و نشاط مطلوب، واقعی و پایـدار از جامعه ای رخت بربنـدد و فرصت‌های شادی‌آفرین از مردم و جامعه دریغ شود، افراد برای پر کردن این خلأ، راه هایی برمی گزیننـد که جز خسارت‌هایی جبران‌ناپـذیر فردی، خانوادگی، اقتصادی و سیاسی، حاصل دیگری نخواهد داشت.

حمید صـرامی، مدیر کل امور فرهنگی و پیشـگیری سـتاد مبارزه با مواد مخدر، با برخورداری از تجربه دو دهه برنامه ریزی در این حوزه معتقد است:

۱- «جامعه شناسی شادی»، روزنامه همشهری، ۳۰/۱۰/۱۳۸۴.

۲- محمود نصوحی، «روان شناسـی شـادی و عوامـل مؤثر بر شادمـانی»، بازبینی ۲۸/۱۲/۱۳۸۸، سایت مرکز مشاوره و خـدمات روان شناختی: www.ferdoss.persiblog.com.

جامعه و نسل جوان ما احساس می کند نشاط خود را باید از قرص های اکس به دست بیاورد یا امثال آن. من به عنوان یک کارشناس معتقدم هر قدر جامعه بانشاط تر باشد و امید بیشتری به زندگی وجود داشته باشد و رضایت از زیستن داشته باشد، هر چقدر والدین در خانواده بتوانند نشاط اجتماعی را ایجاد کنند و به جای سیگنال های منفی، زمینه های نشاط را فراهم کنند و هر قدر مدارس ما نشاط و شادابی را میان دانش آموزان گسترش دهند، جوانان کمتر به سمت شادی های کاذب می روند.(۱)

پنج ـ تبدیل شدن شادی‌های کوتاه به حرکت های ناهنجار

پنج ـ تبدیل شدن شادی‌های کوتاه به حرکت های ناهنجار

شادی و نشاط اجتماعی نیز مانند هر پدیده دیگر اجتماعی نیازمند جهت دهی، هدایت، فرهنگ سازی و نهادینه شدن است. اگر در جامعه‌ای برای شادی و نشاط اجتماعی تدبیری نشود، به یقین، مدل‌های شادی و نشاط اجتماعی را نمی توان جهت داد و هدایت کرد. پس در اثر محدودیت‌های مختلف، فرصت بروز و ظهور شادی و نشاط برای افراد یک غنیمت تلقی خواهد شد، به گونه ای که با فرا رسیدن اندک فرصت های شادی و نشاط معمولی، هیجان ها غلیان می کند. این وضعیت با پیوستن به برخی دیگر از عوامل به ناهنجاری‌های خانمان سوز تبدیل می شود.

شش ـ حداقلی شدن ارتباطات اجتماعی

شش ـ حداقلی شدن ارتباطات اجتماعی

از جمله دلایل شکل گیری، قوام و استمرار ارتباطات اجتماعی، گسترش شادی و نشاط حاصل از آن است. خانواده ها، افراد، گروه ها و جمعیت های اجتماعی به دلایل مختلف با یکدیگر رفت و آمد، ارتباط و تعاملاتی برقرار می کنند که بخش بسیار مهمی از این ارتباطات به منظور ایجاد شادی و نشاط

۱- حمید صرامی، مصاحبه با خبرگزاری فارس، ۷/۵/۱۳۸۵، سایت ستاد مبارزه با مواد مخدر: www.dchq.ir.

برای رفع نیازهای روحی و برطرف ساختن ناراحتی ها، رنج ها و دردهای روانی است. اگر در جامعه ای شادی و نشاط وجود نداشته باشد، فلسفه و دلیل برخی این تعامل ها و ارتباطات اجتماعی از میان خواهد رفت و بخش قابل ملاحظه ای از این ارتباطات منتفی می شود یا به طور کلی انجام نخواهد شد. دکتر منصور بهرامی، روان شناس و عضو انجمن بین المللی تحلیل رفتار متقابل، دراین باره می گوید: «وقتی انسان شادی را درک نمی کند، خودبه خود به سوی افسردگی کشیده می شود و وقتی افسرده شد، قادر به برقراری ارتباط اجتماعی با دیگران نیست».(۱)

بسیار روشن و بدیهی است که نبود این ارتباطات می تواند آسیب های روانی و اجتماعی بسیاری را در حوزه خانواده و اجتماع به دنبال داشته باشد، مانند:

۱. کاهش روابط و هم بستگی های خانوادگی؛

۲. از بین رفتن زمینه های هم دردی و همدلی؛

۳. آسیب پذیر شدن نسل‌های آینده در زمینه تربیتی؛

۴. به وجود نیامدن گروه ها و نهادهای خودجوش اجتماعی.

هفت ـ گسترش تضاد، تعارض و برخورد در حوزه رفتار

هفت ـ گسترش تضاد، تعارض و برخورد در حوزه رفتار

شادی و نشاط در حوزه فردی، خانوادگی، سازمانی و اجتماعی، یکی از دلایل کاهش فشارهای روحی و تعارض های روانی است. انسان امروزی که با مشکلات گوناگون حاصل از زندگی ماشینی و مدرن روبه روست، آمادگی دارد که در پی روبه رو شدن با اندک تعارضی در تعامل اجتماعی خود، به رفتارهای خشن و تند روی آورد و از این راه، این ناراحتی را تخلیه کند. نمونه‌های آن را در جامعه خود شاهدیم که چگونه با اندک ناملایمتی، افراد به خشونت و تندی روی می آورند و گاه به رفتارهای جبران ناپذیری دست

۱- «جامعه شناسی شادی»، روزنامه همشهری، ۳۰/۱۰/۱۳۸۴.

می زننـد. دلیـل این عامـل، چیزی نیست جز آنکه جـامعه برای تلطیف روان خسـته افراد و کـاهش نـاراحتی های روحی اعضـا تـدبیری نیندیشـیده و زمینه تخلیه انـدوه و رنـج هـای روحی را فراهم نیـاورده است. ازاین رو، در بزنگـاه هـایی، این فشارهـای روانی، فاجعه به بار می آورد.

هشت _ گسترش ناامیدی، افسردگی و اندوه

هشت _ گسترش ناامیدی، افسردگی و اندوه

اگر در جـامعه ای، شـادی و نشـاط، جایگـاه خود را نیـافت، به جـای روح شاد، بانشاط و فعال، روح سـرخوردگی، ناامیـدی و افسـردگی در افراد و در مقیاسـی بزرگ تر، در جامعه حاکم شود، به گونه ای که نمود و تأثیر این روحیه را در همه حوزه‌های فعالیت انسانی می توان مشاهده کرد.

اگر عنصـر شادی و نشاط از جامعه رفته رفته رخت بربندد؛ از هرجا که عقب‌نشینی کند، غم و اندوه جای گزین خواهد شد. به ویژه در زنـدگی مـدرن امروزی که عصـر تعاملات پیچیده است و زندگی انسان تحت تأثیر متغیرهای گوناگونی است، شـک نباید کرد که اگر جامعه‌ای در گسترش شادی ها نکوشد، غم و اندوه‌های ناشی از ناکامی‌ها و تعارض ها و برخوردها پیشروی خواهنـد کرد. همیـن کـافی است تـا فضـای ناامیـدی و افسـردگی‌هـای روانی بر جـامعه سـایه افکنـد و بر رفتـار فردی و جمعی اعضـایش تـأثیر بگـذارد. در حوزه اقتصـادی نیز کار و تلاش و تولیـد جای خود را به تن پروری، دلالی و انواع ناهنجاری های اقتصادی می دهـد. همچنین فضای همـدلی و همراهی مردم با حاکمیت جای خود را به فضای بـدبینی، بدگویی و اعتراض می دهـد و به جـای سـجایای اخلاقی، هرگونه ناهنجاری اخلاقی مجاز شـمرده می شود. این عوامل، همه ناشـی از گسترش فضای اندوه، ناامیدی و افسردگی است.

ص:۱۶۹

در بررسی ملت ها، برخوردها و تخریب های اجتماعی، معمولاً نقش دو عامل پررنگ تر دیده می شود:

۱. امکان نداشتن تخلیه هیجانی در مردم؛

۲. احساس تضاد و تعارض منافع با سیستم.

در درمان این ناهنجاری های اجتماعی بر این امر تأکید می شود که یکی از ابزارهای مؤثر در برطرف کردن آنها این است که زمینه های لازم برای تخلیه هیجان های طبیعی و مثبت فراهم شود.(۱)

نه _ آمادگی برای اثرپذیری از فرهنگ های مهاجم

نه _ آمادگی برای اثرپذیری از فرهنگ های مهاجم

اصل کلیدی در موفقیت تهاجم های بیرونی، چه اقتصادی، چه سیاسی و چه فرهنگی آن است که جامعه مورد هجوم، توازن، تعادل و امنیت روحی و روانی نداشته باشد و از وضعیت خویش احساس رضایتمندی و خوشبختی نکند. در این صورت اگر به استقبال فرهنگ سیاست یا اقتصاد مهاجم نرود، در برابر آن مقاومتی هم نخواهد کرد.

ناکامی در ایجاد جامعه ای شاد و بانشاط سبب می‌شود طمع مهاجمان در تسلط سیاسی، فرهنگی و حتی نظامی بیشتر شود و از سویی جامعه مورد تهاجم هم زمینه های بیشتری برای پذیرش این هجوم داشته باشد. بنابراین، تفسیر و تحلیل خسارت‌های ناشاد بودن جامعه ابعاد گسترده‌ای به خود می گیرد که گاه تأمل در آنها سبب می شود تصمیم‌گیران و برنامه ریزان جامعه، ترویج و گسترش شادی‌ها را در اولویت‌های اول تصمیم گیری ها و برنامه ریزی های خود قرار دهند.

به باور دکتر نعمت الله فاضلی، اگرچه شادی، برداشت و تلقی یا احساس خوب افراد از زندگی است، اما این احساس فردی بیشتر «برساخته اجتماعی

۱- نک: حسن ضابطی، «وندالیسم»، http://omomi.mihanblig.com .

ــ فرهنگی» است تـا «برسـاخته روانی ــ زیستی، عـاطفی یـا فردی.»(۱)وی در مقـاله ای بـا عنوان «شـادی چیست و از کجـا می آیـد؟»، در کنار دو دیـدگاه «فردمحور» و «جامعه محور»، دیـدگاه جدیدی با عنوان «فرهنگ محور» را مطرح می کند. اگر این دیـدگاه را بپـذیریم، می توانیم قضـاوت کنیم چنانچه در فرهنگ جامعه از شادی و نشاط خبری نباشـد، فرد و جامعه می توانند برای رفع این نیاز غریزی و طبیعی خود به فرهنگ های دیگر توجه کنند و از عناصر شادی افزای آن به سود خود بهره ببرند.

ده ـ جامعه ناشاد، آماده تنش های سیاسی

ده ـ جامعه ناشاد، آماده تنش های سیاسی

باید ارتباط شادی و نشاط با سیاست را در خلأ این عنصر بررسی کنیم که نبود شادی و نشاط در جامعه و بسته بودن راه‌های ابراز آن سبب می شود هیجان ها و التهاب‌های درونی افراد و حتی احزاب و گروه های سیاسی به صورت یک نیروی متراکم درآید و در موقعیت‌های فراهم شده، راه طغیان و تخریب را پیش گیرد. درست مانند سیلی که پس از شکسته شدن یک سد عظیم همه چیز را ویران می‌کنـد، این عامـل نیز در همه ابعـاد فرهنگی، سیاسـی، اجتماعی، سیاسـی و حتی اقتصادی، آثار پیش بینی نشده و مخربی را بر جا می گذارد.

۲. آسیب‌های شادی و نشاط بی ضابطه در فرد یا جامعه

اشاره

۲. آسیب‌های شادی و نشاط بی ضابطه در فرد یا جامعه

ظهـور و بروز شـادی و نشـاط فردی و اجتمـاعی، اگر در چـارچوب‌هـای شـرعی، عقلی و عرفی قرار نگیرد، می‌توانـد سـبب آسیب‌هایی شود که گاه از نبود شادی در جامعه، زیان‌بارتر است. دامنه این زیان‌ها و آسیب‌ها در گستره و عمق، متفاوت است که البته هریـک به شـرح مفصـلی نیـاز دارد، ولی در اینجـا، به مهم ترین آنهـا که به صـورت مسـتقیم دامن گیر فرد یـا جـامعه می‌شود، می پردازیم.

۱- نک: نعمت الله فاضلی، «شادی چیست و از کجا می آید؟» سایت فرهنگ شناسی www.farhangshenasi.com

الف) آسیب‌های فردی

اشاره

الف) آسیب‌های فردی

زیر فصل ها

یک _ اشتباه در یافتن مصداق های شادی

دو _ تبدیل شدن به عادت

سه _ زیاده روی در شادی و نشاط

چهار _ غفلت از خدا، خود و دیگران

پنج _ ویرانی خرد

شش _ از میان رفتن وقار فرد

هفت _ از دست دادن موقعیت ها

هشت _ درنوردیدن مرزها و حریم ها

یک _ اشتباه در یافتن مصداق های شادی

یک _ اشتباه در یافتن مصداق های شادی

از آنجا که افراد به ویژه در دوران جوانی احساسات فوق العاده شدیدی دارند و از نیاز آنها به تخلیه هیجان های روحی و شادی و نشاط نیز بسیار جدّی است، به ناچار به هرچه که بتواند نیاز آنها را برآورده کند، متوسل می‌شوند. اینجاست که اگر فرد نتواند در یافتن مصداق های شادی های حقیقی موفق شود، شاید پی آمدهای کوتاه مدت یا بلندمدتی دامن گیر او شود که همه زندگی او را تحت تأثیر قرار دهد. شناخت شادی‌های واقعی در میان حجم بسیار زیادی از شادی های کاذب، از جمله مواردی است که باید به کمك وحی، عقل و منطق صورت گیرد. دکتر حسین تنهایی، جامعه شناس و استاد دانشگاه، معتقد است:

در یک جامعه، ساختارها و نیازها درهم تنیده شده است. به عبارتی، ساختارهای جامعه باید برای رفع نیازهای افراد آن شکل گیرند و بنا شوند. جوان امروزی دنبال شادی و نشاط است. نیاز اصلی، وارهیدن است. خنده و شادی اساس رشد جسم یک

روح سالم است. یک جوان می خواهد آن را به دست آورد. حال بستگی دارد در آن فرهنگی که زندگی می کند، چه چیز در دسترسی برای جبران شادی و هیجاناتش پیدا کند... . اگر او امروز نتواند این سرخوشی را به طریق صحیح از درون ساختارهای جامعه بیابد، برای جبران آن به سراغ راه های کاذب خواهد رفت.(۱)

دو _ تبدیل شدن به عادت

دو _ تبدیل شدن به عادت

آنتونی گیدنز معتقد است آیین های شخصی، چه از نوع سرخوش کننده مانند شادی و چه از نوع غم آور، از نقطه‌های تاریک مدرنیته به شمار می آید.

ص:۱۷۲

۱- بی نا، «همسفر مرگ»، سایت تبیان: www.tebyan.net.

آیین های شخصی ــ از جمله دسترسی به اینترنت یا هر مورد دیگری ــ ممکن است سبب سرخوشی و احساس شادی در فرد شود و اگر این احساس سبب شود یک رفتار بارها انجام گیرد، جنبه اعتیاد پیدا کند. با این حال، ممکن است اجرای مراسم یک جشن به صورت سالیانه، ماهیانه و در کل، بارها انجام می گیرد، ولی هیچ گاه جنبه اعتیاد پیدا نکند؛ زیرا در آن، عنصر وسواس و اجبار وجود ندارد. در اعتیاد شخصی به بعضی مسائل و عناصر، وسواس و اجبار وجود دارد که برای جامعه بسیار خطرناک است؛ چون که رفتار را شکل می دهد و برای اجتماع نیز ابعاد بیرونی دارد. حتی می‌توان گفت بر سیاست های آموزشی و بهداشتی اثر دارد. برای مثال: ممکن است کشیدن سیگار برای فردی لذت بخش باشد، ولی از آن جلوگیری می‌شود؛ زیرا نوعی لذت فردی است که به اجتماع آسیب می رساند.

کمتر موردی را می‌توان سراغ داشت که به صورت جمعی و به عنوان یک سنت انجام شود و زیان داشته باشد؛ چون جمع، اثرهای مخرب آن سنت جمعی را کنترل می‌کنند. پس اگر احساس می کنیم یک شادی جمعی به نوعی در حال خطرناک شدن است، باید حکم کنیم این شادی، به احتمال زیاد، نوعی شادی جمعی و سنتی است که کم کم به سوی شادی توده‌ای و بی‌شکل سوق پیدا کرده است.(۱)

سه ــ زیاده روی در شادی و نشاط

سه ــ زیاده روی در شادی و نشاط

برخی تصور می‌کنند یا حتی به زبان می‌آورند که هدف از زندگی، غرق شدن در شادی و نشاط نیست؛ زیرا غرق شدن در شادی‌ها سبب می‌شود انسان هدف والای زندگی را گم کند و از تکامل و هدف غایی خلقت دور بماند.

ص:۱۷۳

۱- نک: «حذف شادی یا حفظ آن»، سایت تبیان: www.tebyan.net.

اگر در ادیـان مختلـف به شـادی و نشـاط سـفارش شـده است، منظور شـادی و نشـاطی است که در خـدمت تکامـل و رشـد و معنویت انسـان قرار می گیرد؛ یعنی نشاطی که بتوانـد انرژی لازم برای پرداختن به وظایف و تکالیف فردی و اجتماعی انسان را فراهم کند. متأسفانه دوراندیش نبودن برخی در دوران جوانی سبب می‌شود در شادی و نشاط راه افراط را بپیمایند.

از نظر قرآن، زیـاده روی در شـادی امری نکوهیـده است به ویژه آنکه این امر برخاسـته از پنـداری نـادرست از جهان و مسایل شناختی باشد.(۱) پروردگار سبحان در قرآن، ریشه این گونه زیاده روی ها را در روحیه فخرفروشی و تکبر و غرور معرفی می کند.(۲)

چهار ــ غفلت از خدا، خود و دیگران

چهار ــ غفلت از خدا، خود و دیگران

از آسـیب‌هـای جـدّی شـادی و نشـاط، غفلت از خود است؛ چون به لحاظ غریزی، شادی سـبب انبساط خاطر انسان می شود و نوعی لـذت و خوشاینـدی درونی ایجاد می کنـد، به گونه ای که گاه انسان را از اصالت و فطرت خویش دور می‌سازد و همین عامـل نیز سـبب می‌شود انسـان از مسایـل معنوی و انسـانی دور شود. توجه بیش از انـدازه به شـادی و نشاط، انسان را از محیط خود نیز غافـل می کنـد. به همین لحـاظ، توجه به شـادی‌های مثبت و مفیـد و توجه دوچنـدان به تعادل و میانه‌روی در شادی و نشاط، مسئله بسیار مهمی است؛ چون سرور و شادی حالت مطلوبی است که اگر یک لحظه تحقق یابد، انسان مایل است ادامه پیدا کند. در این صورت، اگر ادامه اش به وسایل نامشـروع باشد، حرام است و اگر سـبب انجام دادن کار نامشروعی باشد، آن هم ارزش منفی دارد. اگر هم به این اندازه نرسد، دست کم سبب ساز

۱- نک: هود: ۹ و ۱۰؛ شورا: ۴۸.

۲- نک: لقمان: ۸.

غفلت هایی می شود، به گونه ای که غفلت از خدا و تکالیف دینی و اجتماعی، غفلت از خود و غفلت از همه افراد و اشیایی که بر انسان حقوقی دارند، کمترین آثار تداوم شادی و غرق شدن در آن است.

امام جعفر صادق علیه السلام درباره فردی که امور لهو، او را از انجام تکالیف باز نمی دارد، فرمود که این عمل او از قدمگاه های شیطان است و ان شاءالله بخشوده می شود.(۱) گویا در این روایت، حضرت خواسته است دلیل نداشتن جواز این امور را تزاحم آنها با مصالح مهم تر بیان کند. بر این اساس، در آنجا هم که فرمود: «خنده زیاد، دل را می میراند»،(۲) روشن است دل مرده جایگاه خدا و یاد او نخواهد بود. حتی از این بالاتر، پیامبر گرامی اسلام فرمود: «خنده زیاد، ایمان را محو می کند».(۳)

پنج ــ ویرانی خرد

پنج ــ ویرانی خرد

ضرورت شناخت شادی‌های مفید و تکامل آفرین، بسیار مهم است؛ زیرا حرکت در وادی شادی‌های کاذب و ویرانگر سبب می‌شود عقل در پای احساسات زودگذر قربانی شود و از سوی دیگر، اعتیاد و نیاز همیشگی به این نوع شادی‌های لحظه‌ای که از روی مسامحه، آن را شادی می‌نامیم، از انسان، موجودی نیازمند و ضعیف می‌سازد که تنها تلاش او، رسیدن به این شادی و نشاط مقطعی و گذراست.

شادی و نشاط دایمی و نامتعادل، آن است که فرد را از نظر عقلی رشد ندهد؛ زیرا در این نوع شادی و نشاط، این کودک درون اوست که فعال می شود. در واقع، لذت‌های دوران کودکی‌اش رخ می‌نماید و احساسات او بر تعقل و اندیشه‌اش غلبه می‌کند.

۱- نک: بحارالانوار، ج ۷، ص ۱۴۲.

۲- اصول کافی، ج ۴، ص ۴۸۶.

۳- بحارالانوار، ج ۱۴، ص ۲۴۹؛ ج ۷۶، ص ۶۰.

شش _ از میان رفتن وقار فرد

شش _ از میان رفتن وقار فرد

از آسیب‌های جدّی زیاده روی در شادی و نشاط این است که استمرار و مداومت بر آن، از فرد، موجودی می‌سازد که نمی تواند به اطراف خود نگاه جدّی و منطقی داشته باشد. همین موضوع، از انسان، فردی سبک‌سر می‌سازد که رفتار و سخنانش کمتر نزد دیگران جدّی تلقی می‌شود. ازاین رو، از قدرت و نفوذ او بر دیگران می‌کاهد و سبب می شود جایگاه فردی و اجتماعی فرد به پستی گراید.

امیر مؤمنان، حضرت علی علیه السلام با اشاره به این آسیب شادی و خنده افراطی می فرماید: «وقار خود را نسبت به فکاهیات و حکایت خنده آور و محل هایی که سخنان باطل گفته می شود، حفظ کنید.»(۱)حضرت در جای دیگری نیز می فرماید: «کسی که خنده او زیاد شود، هیبت و ابهت او از بین می رود».(۲)

هفت _ از دست دادن موقعیت ها

هفت _ از دست دادن موقعیت ها

زیاده روی در شادی و نشاط سبب می‌شود انسان بهترین موقعیت‌های فردی خویش را که می‌تواند صرف پیشرفت شخصی او شود، از دست بدهد؛ موقعیت‌هایی که کمتر پدید می آید. انسانی که همه فکرش شادی است، حتی اگر آن شادی، مثبت باشد، باز هم نمی تواند فرصت‌ها و موقعیت‌های اطراف خود را درک و برای آنها برنامه‌ریزی کند و همه تلاش خود را برای استفاده از آنها، به کار گیرد، چنان که یکی از امامان معصوم علیهم السلام می فرماید: «هرکه مسخرگی بر او چیره آید، خردش تباه می شود»(۳) یا: «زیاده روی در شوخی، حماقت است.»(۴) یا «اینکه انسان کامل کسی است که جدیتش از شوخی اش بیشتر باشد».(۵)

ص:۱۷۶

۱- غررالحکم و دررالکلم، ج ۵، ص ۴۷۹.

۲- بحارالانوار، ج ۷۷، ص ۲۸۵.

۳- شرح غررالحکم و دررالکلم آمدی، ج ۵، ص ۲۹۳، ح ۸۴۲۹.

۴- همان، ح ۱۱۸۴.

۵- نک: همان، ح ۲۱۹۷.

هشت ـ درنوردیدن مرزها و حریم ها

هشت ـ درنوردیدن مرزها و حریم ها

یکی از زیان های شادی و نشاط افراطی، شکسته شدن حریم‌ها و مرزهای عرفی، عقلی، شرعی و اخلاقی هنگام شادی و نشاط است. این موضوع می تواند هم در ابعاد اجتماعی و هم در ابعاد فردی شادی مطرح باشد. در ابعاد فردی سبب می‌شود انسان به تعهدات عقلی، عرفی و شرعی و اخلاقی پشت کند و کم کم از این تعهدات غافل شود. باید دانست مرز میان شادی های تکامل‌زا و تکامل‌زدا بسیار نزدیک و ناچیز است و همین امر سبب می شود گاه حد و مرزها از بین برود و آسیب های جبران ناپذیر روحی، عقلی و عاطفی پدید آورد.

ب) آسیب های اجتماعی

اشاره

ب) آسیب های اجتماعی

در اینکه هر پدیده مثبتی در اثر رعایت نکردن معیارها می تواند افزون بر آسیب های فردی، آسیب های اجتماعی نیز به همراه آورد، نباید تردید کرد. به عبارتی، گاه این آسیب ها از حوزه فردی به اجتماع منتقل می شود و گاه محل شکل گیری و گسترش آن، گروه، اجتماع، جامعه و مانند آن است. نکته دیگر آنکه دلایل این آسیب ها ممکن است گوناگون و گسترده باشد یا تنها یک عامل، دلیل آن باشد، ولی مهم آن است که برای بهرمندی از شادی های پایدار باید این آسیب ها را به خوبی شناخت و برای برطرف کردن زمینه ها و بسترهای آن همت کرد. در اینجا به برخی از آسیب ها اشاره می کنیم.

یک ـ قرار گرفتن در فضای احساسی و خالی از خرد

یک ـ قرار گرفتن در فضای احساسی و خالی از خرد

گاه ممکن است افراد به سبب قرار گرفتن در یک فضای شادمانه و بانشاط جمعی نتوانند به وسیله عوامل بیرونی بر احساسات و هیجان های تشدیدشده خود چیره شوند. در چنین فضاهایی، بستر عمل بر اساس احساسات و فراموشی معیارهای عرفی، عقلی و شرعی هموار است. پیداست اگر افراد

نتوانند بر هیجان ها و شادی و نشاط برآمده از این فضا، کنترل و نظارت درونی داشته باشند، حتی در شادی‌های ضابطه‌مند، حلال و مفید، خسارت های جبران ناپذیری متوجه فرد و جامعه می شود. بدیهی است قدرت افراد در کنترل چنین هیجان هایی که به وسیله عوامل بیرونی تشدید می‌شود، بسته به آمادگی‌های روحی ــ روانی و قوت‌های معنوی می‌توانند متفاوت باشد. ازاین رو، تشخیص چنین اجتماعات و جمع‌ها، قدرت تسلط بر خویشتن در این گونه شادی های مخرّب و نیز همراه نشدن با جماعت هیجان زده، نیازمند مراقبت ها و تمرین های معنوی است.

دو ــ مزاحمت برای دیگران

دو ــ مزاحمت برای دیگران

از جمله آسیب‌های اجتماعی شادی و نشاط که شاید از مهم ترین آنها باشد، آن است که گاه شادی و نشاط فردی یا جمعی زمینه های محروم شدن دیگران از نعمت آسایش، امنیت، راحتی و حتی شادی و نشاط را فراهم می آورد. به نظر می‌رسد مصداق این آسیب در جامعه امروزی ما آن قدر زیاد باشد که هریک از ما برای یک بار هم که شده است؛ با آن روبه رو بوده ایم. به این دلیل، ریشه‌یابی علت های این پی آمد منفی و زیان بار بسیار مهم خواهد بود. پس از انقلاب به ویژه در سال‌های اخیر که جامعه ما با انبوه نیروی جوان و بانشاط روبه روست و در مقابل، تعریف دقیقی از نشاط صورت نگرفته و معیارها و مدل‌های شادی و نشاط اجتماعی و فردی نیز تعریف نشده است، این آسیب به صورتی جدّی مطرح است؛ زیرا چه بسا در برخی موارد، به بحران‌های اجتماعی تبدیل شده است.

سه ــ تخریب معیارهای عرفی، عقلی و شرعی

سه ــ تخریب معیارهای عرفی، عقلی و شرعی

یکی از آسیب‌های اجتماعی شادی و نشاط فردی و جمعی زمانی که در چارچوب‌های لازم صورت نگیرد، آسیب دیدن معیارها و قوانین عرفی

، عقلی، شرعی، فرهنگی، مذهبی و اجتماعی است. شادی‌های افراطی و غیرمفید در جامعه به دلیل آنکه انسان را از فضای عقلی و منطقی دور می سازد و افراد را به سوی فضایی هیجانی سوق می دهد، بسیار زیان آور است. این فضای هیجانی همواره بستر مناسبی را پدید می آورد تا برخی معیارهای عرفی، عقلی و شرعی زیر پا نهاده شود و در نتیجه، آسیب های فردی و اجتماعی زیادی به همراه آورد که هرج و مرج، اباحه گری، بی‌قیدی و خسارت‌های مادی و معنوی از آن جمله‌اند.

چهار ـ دامن زدن به ناهنجاری های اجتماعی

چهار ـ دامن زدن به ناهنجاری های اجتماعی

به صورت طبیعی، در هر جامعه‌ای، هنجارهای اجتماعی خاصی حاکم است که مورد پذیرش عموم است و گاه قوانین نیز بر آنها صحه گذاشته و بر آن تصریح کرده‌اند یا حتی در قوانین نیز نیامده است، ولی به عنوان هنجارهای اجتماعی جامعه پذیرفته شده‌اند. این هم بدیهی است که در هر جامعه ای همیشه کسانی هستند که موجودیت هنجارهای اجتماعی را تهدید یا نقض کنند یا برخلاف آن، ترویج کنند. فضاهای احساسی از جمله محفل‌های شادی و نشاط و موقعیت های شادی‌آفرین فردی و بیشتر اجتماعی، بستر مناسبی برای این معضل اجتماعی پدید می آورد و سبب آسیب دیدن هنجارهای اجتماعی می شود به ویژه در جایی که برای شادی‌های اجتماعی، تعریف، معیار و مدل هایی بیان نشده باشد و به صورت طبیعی، نظارت های درونی نیز بر آن حاکم نباشد.

پنج ـ سوء استفاده افراد بدخواه

پنج ـ سوء استفاده افراد بدخواه

فضاهای احساسی، از جمله محیط‌های شاد اجتماعی و محفل های بروز و ظهور آن، بهترین موقعیت برای سوء استفاده افراد بدخواه است. بسیاری از ناآرامی های اجتماعی، اعتراض های سیاسی، آشوب های خیابانی، ناامنی‌های

اجتماعی و مواردی از این دست می‌توانند از چنین فضاهایی شروع یا تشدید شوند به ویژه در سال‌های اخیر که شاهد هستیم افراد معترض چگونه بر امواج بر آمده از این نوع شادی‌ها سوار شده و مرموزانه به سود مقاصد خود بهره برده‌اند. این موضوع، خود، یکی از معضل های جوامع است که اهل فرهنگ و سیاست را به تأمل‌های جدّی واداشته است.

شش _ ایجاد فضایناامنی روانی و آشوب اجتماعی

شش _ ایجاد فضای ناامنی روانی و آشوب اجتماعی

از جمله آسیب‌های شادی و نشاط‌های افراطی که گاهی اوقات در کشورهای مستعد به چشم می‌خورد، سوء استفاده از فرصت‌های شادی بخش و نشاط آفرین به عنوان کانون و محملی برای آسیب رساندن به امنیت اجتماعی و روانی جامعه است. معترضان و ستیزه جویان سیاسی و فرهنگی و نیز فرصت طلبانی که در پی اندک مجالی برای ابراز و اظهار اعتراض هستند، معمولاً ـ از محافل شادی و نشاط برای ایجاد فضای ناامنی روانی، اجتماعی و سیاسی بهره می‌برند. این افراد با منحرف کردن هیجان های حاکم بر این محفل ها و سوار شدن بر امواج توده ها و اجتماعات می کوشند شعارها و خواسته های خود را به عنوان خواسته های جمع مطرح کنند و آن را تعمیم دهند.

ج) آسیب های فرهنگی

اشاره

ج) آسیب های فرهنگی

به صورت طبیعی و معمول، هر پدیده ای را از منظر فرهنگی می‌توان آسیب شناسی کرد به ویژه موضوع شادی که به صورت حتم در آداب، سنت ها، اعتقادات و در یک کلام، در مسائل فرهنگی هر جامعه‌ای ریشه دارد. باید توجه داشت به صورت طبیعی، هر پدیده ای که با مقوله فرهنگ گره می خورد، آسیب های آن، مهم‌تر، جدی‌تر و خطرناک‌تر است؛ زیرا این ویژگی مسائل فرهنگی است که آسیب‌های آن نیز پایاتر و ماندگارتر و

ص:۱۸۰

گستره مکانی آن نیز بیشتر است. در اینجا به برخی آسیب های شادی و نشاط از بعد فرهنگی اشاره می کنیم.

یک _ بی توجهی به سنت ها

یک _ بی توجهی به سنت ها

بی تردید، از جمله مهم‌ترین آسیب‌های شادی و نشاط در صورتی که از حدود شرعی، اخلاقی، عرفی و عقلی آن بگذرد، آن است که به سنت‌های مورد توافق جامعه، بی‌احترامی و به آن خدشه وارد می‌شود؛ چه سنت‌هایی که در موضوع شادی و نشاط مطرح است و چه سنت‌های دیگری که به صورت طبیعی ممکن است در شادی و نشاط بی معیار در معرض آسیب و صدمه باشند.

دو _ ایجاد بدعت و التقاط

دو _ ایجاد بدعت و التقاط

بی شک، امروزه درباره شادی و نشاط، مدل‌ها و نمونه‌هایی برگرفته از فرهنگ جوامع دیگر تقلید و ترویج می‌شود که با فرهنگ جامعه ایرانی و اسلامی ما چندان سنخیت و تناسبی ندارد. پرداختن به این نمونه‌ها و ترویج آن سبب ایجاد بدعت و التقاط‌های فرهنگی می شود که آثار زیان‌بار آن نه تنها در حوزه فرهنگ، بلکه حتی در حوزه‌های اجتماعی و سیاسی نیز ماندگار و گاه جبران ناپذیر است.

سه _ مسخ ارزش های فرهنگی

سه _ مسخ ارزش های فرهنگی

اگر در جامعه ای، سرپرستان فرهنگی در معرفی الگوها و مدل‌ها ابراز و اظهار شادی و نشاط کم‌کاری کنند و تولید و رواج این الگوها را به جامعه واگذارند، دیری نخواهد پایید که به جای آنان، عناصر فرهنگی جای گزین یا به تعبیری، الگوهای غیراصیل یا خارجی، برای آنان نقش الگویی خواهد یافت. در این صورت، باید منتظر پی آمدهای شوم آن باشیم که از جمله بدیهی‌ترین آنها، مسخ فرهنگ اصیل جامعه با وارد کردن عناصر التقاطی جای گزین است.

چهار ـ جابه جایی نقش ها

چهار ـ جابه جایی نقش ها

اگر جابه جایی نقش‌ها را انتقال برخی وظایف خانواده به جامعه بدانیم، درباره شادی و نشاط باید گفت یکی از وظایف خانواده به عنوان مهم‌ترین و اساسی‌ترین نهاد تربیت در جامعه، ایجاد بستر و زمینه های لازم برای ایجاد، گسترش و نهادینه کردن شادی‌های منطقی و معقول و تعریف راهکارهایی برای بروز و ظهور آن است. حال اگر خانواده در مدیریت این وظیفه حساس غفلت یا سهل انگاری کند، خودبه خود این نقش به جامعه منتقل می شود که می‌تواند یکی از آسیب‌های جدّی شادی و نشاط در جامعه باشد. اینجاست که کانون‌های کاذب شادی و نشاط و محفل های بروز و ظهور آن در بیرون از نهاد خانواده شکل می گیرد و افراد را از دسترسی به مزایای شادی در درون خانواده محروم می‌کند و بدیهی است او را با انواع آسیب‌های دیگری که این پدیده در پی دارد، روبه رو می‌سازد.

پنج ـ ترویج فرهنگ ولنگاری و پوچ گرایی

پنج ـ ترویج فرهنگ ولنگاری و پوچ گرایی

دو عامل بسیار مهم پوچ گرایی عبارت است از:

۱. نداشتن فلسفه درست و اساسی در زندگی و بی هدفی؛

۲. نداشتن ایدئال ها و آرمان های معنوی و بلند.(۱)

کسانی که به شادی های بی ضابطه، افراطی و زودگذر روی می آورند، در واقع، از این دو عامل در زندگی شان بی بهره اند؛ یعنی به دلیل نبود این دو مهم در زندگی، می کوشند این خلأ مهم را در سایه شادی های زودگذر بپوشانند، ولی غافل از اینکه هرچه در این شادی ها غوطه ور می شوند، پوچ گرایی و ولنگاری ایشان رو به افزایش می رود.

۱- عبدالله نصری، هدف از آفرینش انسان، ص ۴۱۶.

از جمله آسیب‌های شادی‌ها و نشاط‌های بی‌ضابطه، ترویج پوچ گرایی و ولنگاری است؛ بدین معنا که انسان را از اصول و معیارهای تکامل انسانی باز می دارد و به اموری لغو و بیهوده مشغول می سازد و در نهایت، او را از رسیدن به هدف های غایی خلقت باز می‌دارد. رواج این نوع نگاه در جامعه سبب می شود به جای فرهنگ هدفمندی و کمال گرایی، فرهنگ پوچ گرایی و ولنگاری بر جامعه و فرد حاکم شود.

شش ــ جابه جایی ارزش ها و هنجارها با ضد ارزش ها و ناهنجاری ها

شش ــ جابه جایی ارزش ها و هنجارها با ضد ارزش ها و ناهنجاری ها

شادی و نشاط بی‌معیار و بی‌ضابطه سبب می‌شود ضد ارزش‌ها و ناهنجاری ها در یک جامعه، ارزش و هنجار تلقی و ترویج شود. برای مثال، روحیه تلاش و کوشش و کار و جدّیت جای خود را به شوخی و اتلاف وقت و خوش گذرانی و نظیر آن می دهد یا ارزش‌هایی همچون احترام و اکرام و گذشت جای خود را به تمسخر، استهزا، هتک حرمت و مانند آن می دهد. در چنین جامعه‌ای، بسیاری از پدیده‌های مخرب فرهنگی به سرعت رشد می کند و آثار زیان‌بار و فاجعه‌آمیز آن تا سال ها بر ذهن افراد و نسل ها باقی می‌ماند و در روحیه جمعی جامعه رسوخ می کند.

د) آسیب های سیاسی

اشاره

د) آسیب های سیاسی

شاید در نگاه نخست نتوان برای شادی و نشاط، آسیب‌های سیاسی مشهود و ملموسی برشمرد و شاید آوردن این سرفصل در این کتاب، قدری دور از انتظار باشد، ولی در جامعه‌ای مانند جامعه ما که بسیاری از پدیده‌های فرهنگی و اجتماعی به سرعت رنگ و بوی سیاسی می گیرد و به یک پروژه سیاسی تبدیل می شود، ناچاریم به این بعد از مسئله نیز توجه کنیم. برخی آسیب‌های شادی و نشاط در این حوزه را می توان به شرح زیر فهرست کرد:

یک ـ سوء استفاده سیاسی از موضوع شادی و نشاط

یک ـ سوء استفاده سیاسی از موضوع شادی و نشاط

در جوامعی که مسائل و حوادث پیچیده‌ای بر آن حاکم است و گاهی اوقات مورد تهاجم و فشارهای سیاسی بیرونی و درونی است، به صورت عام، مسائل و موضوع های فرهنگی و اجتماعی هم می توانند دستاویز ایجاد تنش، تحرک، شورش، ناامنی، ناآرامی و حتی انقلاب شود. نمونه‌های آن در تاریخ ملل جهان بسیار است. حتی در تاریخ معاصر ما نیز می توان نوع مثبت آن را در مراسم اربعین شهادت سید مصطفی خمینی مشاهده کرد که در نهایت به انقلاب اسلامی انجامید. این حوادث می‌توانند از محفل های شادی آغاز شود؛ زیرا از آنجا که در این نوع اجتماعات، هیجان های فردی در یک هم‌افزایی به اوج می‌رسد، بستر و زمینه مناسبی برای ساختارشکنی و نادیده گرفتن هنجارها و قوانین فراهم می شود. در نتیجه، فرد در فضایی کاملاً احساسی به بیان سخنان و انجام فعالیت هایی وادار می شود که در شرایط عادی ممکن نیست انجام دهد.

دو ـ بی اعتنایی مردم به مسائل و پدیده های سیاسی

دو ـ بی اعتنایی مردم به مسائل و پدیده های سیاسی

افراط در شادی و هیجان های واقعی یا کاذب می‌تواند سبب شود این پدیده جزو اجتناب‌ناپذیر زندگی مردم شود و آنان را از مسائل مهم‌تر زندگی خویش که جنبه حیاتی دارد، بازدارد. یکی از این جنبه‌ها، توجه به مسائل سیاسی داخلی و خارجی جامعه است. در این فضا، برای فرد یا جامعه‌ای که به شادی و نشاط و زیاده روی در آن می‌اندیشد، هیچ یک از مسائل و پدیده های سیاسی، جذابیت و اهمیتی نخواهد داشت. حتی افراد از آگاهی یافتن از این گونه مسائل خودداری خواهند کرد. در نتیجه، قدرت تجزیه و تحلیل افراد به شدت پایین می آید و در نهایت، نسبت به سرنوشت سیاسی خود و جامعه خود بی اعتنا می شوند.

ص:۱۸۴

سه ـ پایین آمدن مشارکت سیاسی مردم

سه ـ پایین آمدن مشارکت سیاسی مردم

به دلایلی که در بالا بیان کردیم، شادی و نشاط افراطی در جامعه سبب می شود جامعه نسبت به مسائل و پدیده‌های سیاسی بی اعتنا شود و در نتیجه، ارتباط و تعاملات آنها با حاکمیت آسیب ببیند و در نهایت، میان مردم و حاکمیت شکاف و فاصله ایجاد شود. نتیجه اولیه این پدیده، پایین آمدن مشارکت سیاسی مردم، درست در دوره هایی است که آنان باید حضور و مشارکت جدّی و پرانگیزه‌ای داشته باشند.

چهار_ سرمایه گذاری دشمنان

چهار_ سرمایه گذاری دشمنان

اگر موقعیت‌های شادی‌بخش و شادی‌آفرین جامعه به درستی هدایت و راهبری علمی نشود، دشمنان از این موقعیت ها به عنوان دست مایه ای برای اقدامات سیاسی، ایجاد بحران‌ها و حتی دگرگونی‌های اساسی در جامعه استفاده خواهند کرد. درایت در تعریف و تبیین درست شادی و نشاط، هدایت و کنترل درونی افراد، نظارت های بیرونی حاکمیت، معرفی مدل‌های شادی و نشاط و فراهم کردن زمینه و بستر ظهور و بروز آن به وسیله سرپرستان مسائل فرهنگی و اجتماعی جامعه خواهد توانست این آسیب را به حداقل ممکن کاهش دهد.

پنج ـ زمینه سازی برای ناآرامی ها و شورش های سیاسی

پنج ـ زمینه سازی برای ناآرامی ها و شورش های سیاسی

محفل ها و تجمع هایی که به منظور شادی و نشاط بر پا می‌شود، بهترین موقعیت برای کسانی است که با هیئت حاکمه اختلاف دارند و در ستیزند. این دسته از مخالفان سیاسی با سوار شدن بر امواج برآمده از شور و هیجان شادی و نشاط افراطی در جامعه، می کوشند با ایجاد بحران، شورش، ناآرامی و ایجاد فضای ناامنی، ترس و دلهره، ادعاهای خود را ثابت یا ناکارآمدی نظم و نظام سیاسی را القا کنند.

ه) آسیب‌های اقتصادی

اشاره

ه) آسیب‌های اقتصادی

شاید قضاوت اولیه درباره آسیب‌های شادی و نشاط در حوزه اقتصاد نیز همچون مسائل سیاسی این باشد که شادی و نشاط به اقتصاد ارتباطی ندارد، ولی اگر به لایه‌های عمیق‌تر این دو نظر کنیم، به ارتباط این دو حوزه با شادی و نشاط حکم خواهیم کرد. در اینجا به چند نمونه بسنده می کنیم:

یک _ مصرف کننده، نه تولیدگر

یک _ مصرف کننده، نه تولیدگر

روی دیگر سکه در آسیب‌های اقتصادی شادی و نشاط آن است که اگر در جامعه‌ای، شادی و نشاط راه افراط بپیماید، روح ترقی و پیشرفت اقتصادی نیز از میان می رود و جامعه خلاق و نوآور به جامعه‌ای مصرفی تبدیل می شود که پیوسته در پی ایجاد و گسترش شادی و نشاط کاذب است. در چنین جامعه ای، چون الگوها جابه جا شده‌اند، همه تلاش افراد آن است که هرچه بیشتر به گسترش و تعمیق شادی‌های خود بپردازند. در نتیجه، اهتمام به کار، تلاش، سازندگی، پیشرفت و توسعه اقتصادی از میان می رود و جامعه به مصرف روی آورد.

دو _ شادی و نشاط، ابتکار و نوآوری

دو _ شادی و نشاط، ابتکار و نوآوری

اگر در جامعه‌ای روزنه‌های شادی و نشاط بسته شود، روحیه ناامیدی حاکم خواهد شد که این امر مانع بسیار بزرگی برای ایجاد فضای خلاقیت و نوآوری به شمار می آید. حرکت جامعه به سوی پیشرفت اقتصادی و گسترش آن، مستلزم ایجاد و گسترش روح خلاقیت فردی و جمعی و پدید آمدن فضای نوآوری و ابتکار و تلاش است. ایجاد و گسترش چنین فضایی، بدون فراهم کردن ابزار و امکانات و فرصت‌های شادی و نشاط، ناممکن خواهد بود؛ زیرا به قله‌های پیشرفت اقتصادی و فنی خواهد رسید که افراد آن روحیه‌ای شاد و بانشاط داشته باشند.

ص:۱۸۶

سه _ اسراف و تبذیر

سه _ اسراف و تبذیر

از دیگر آسیب‌های اقتصادی شادی و نشاط آن است که اگر بر اثر سهل انگاری، مدل و شیوه‌های شاد بودن و بانشاط زیستن در جامعه‌ای تعریف نشود و معیارهای عقلی، شرعی، عرفی و منطقی شادی و نشاط نیز مشخص نگردد. و جامعه در این خلأ، به پیروی از مدل‌ها و شیوه‌های شادی برون فرهنگی و غیر بومی روی می آورد. آن گاه با شادی و نشاط هایی روبه رو خواهیم بود که با صرف هزینه‌های بسیار گزاف و سنگین پدید می‌آید و گذشته از رواج اسراف، تجمل و تبذیر، نشانی از شادی و نشاط پایدار در آنها دیده نمی شود.

ص:۱۸۷

فصل ششم: نقش نهادهای اجتماعی و فرهنگی در توسعه شادی و نشاط

اشاره

فصل ششم: نقش نهادهای اجتماعی و فرهنگی در توسعه شادی و نشاط

گسترش شادی و نشاط را باید در دو زمینه بررسی کرد:

۱. مـدیریت خرد شادی که از فرد آغاز می‌شود و مبتنی بر ایجاد همه عوامل شادی آفرین و برطرف ساختن موانع در این حوزه است؛

۲. مدیریت کلان شادی و نشاط که این رویکرد تنها با ایجاد نوعی وفاق، درخواست و بسـیج ملی برای گسترش شادی ممکن خواهد شد.

شایـد یکی از مسائـل اساسـی دربـاره شـادی و نشـاط این باشـد که تلاـش های فردی برای ایجاد شادی و نشاط در حوزه فرد، خـانواده و اجتمـاع راه به جـایی نمی برد و چه بسـا عوامـل دیگری که در کنترل افراد یـا خـانواده هـا نیست، تلاش های فرد یا خـانواده را برای داشـتن روحیه شـاداب و بانشـاط بی اثر کنـد، چنـان که عکس این موضوع نیز صـادق است و تلاش نهادهای اجتماعی و رسمی یا حاکمیتی، به دلیل بی میلی، بی ارادگی یا نداشتن توان فردی یا تربیت و فرهنگ نادرست خانواده‌ها ره به جایی نمی‌برد و ناکام می‌ماند.

برای بررسـی این مشـکل، دانسـتن این نکته ضـروری است که تلاـش افراد و خـانواده ها برای رسـیدن به شادی های مطلوب و مفید، در هیچ جامعه ای

به تنهایی کافی نیست، بلکه کل جامعه به عنوان یک سیستم، باید به این باور برسد که شادی و نشاط برای جامعه جزو بدیهی ترین و بااهمیت ترین ضرورت ها و نیازمندی هاست. پس از این باور نیز باید همه اجزای این سیستم در ایجاد، استقرار، نهادینه کردن و گسترش شادی های مفید و مطلوب احساس وظیفه کنند و به آن به منزله یک سرمایه اجتماعی بنگرند که در صورت برخورداری جامعه از آن، همه شئون جامعه اعم از فرهنگی، اقتصادی، اجتماعی، سیاسی و حتی فردی و خانوادگی از آن بهره مند می شوند و نتایج و بهره های آن در کوتاه مدت و بلندمدت، سهم کل جامعه خواهد شد.

در این مجال اندک، قصد داریم به برخی فعالیت های ممکن بپردازیم که از حیطه فرد و خانواده خارج است و تنها نهادها و سازمان های اجتماعی و حاکمیتی جامعه می توانند از عهده آن برآیند و چه بسا از وظایف قانونی یا اخلاقی و عرفی آنها تلقی می شود، ولی به دلایلی از آنها غفلت ورزیده اند. ورود به این وادی از آن جهت است که گاه نقش این نهادها و سازمان ها درباره شادی و نشاط جامعه به فراموشی سپرده می شود. اینک، به مهم ترین رویکردها، ایده ها و فعالیت های ممکن خواهیم پرداخت که می تواند مصداق ها و موارد گوناگون تحقق آنها را فراروی سرپرستان این دستگاه ها قرار دهد. این فصل شامل سه بخش است: مراکز سیاست گذار، قانون گذار و تصمیم گیر؛ مراکز فرهنگی، تبلیغی؛ مراکز اجرایی و عملیاتی.

شاید این گمان پیش آید که عنوان تحقیق تنها درباره رسانه است، با گستره فعلی این فصل که همه نهادها و سازمان ها را دربرمی گیرد، سازگار نیست. در رفع این ابهام، ناگزیر باید این توضیح را بیان داریم که رسانه،

آینه ای است که حقایق اجتماعی را منعکس می کند؛ زیرا یکی از نقش ها و کارکردهای رسانه ها از دیرباز، همین بازتاب حقایق بوده است. رسانه در ایجاد شادی سه نقش عمده بر عهده دارد:

۱. تولید شادی و نشاط در جامعه؛

۲. انعکاس و گسترش شادی و نشاط موجود در جامعه برای هم افزایی شادی ها و نشاط های فردی و اجتماعی؛

۳. نظارت بر نقش سایر دستگاه ها در عمل کردن به وظایف و مسئولیت های خود در گسترش شادی و نشاط.

رسانه برای موفقیت در ایفای وظیفه خود نسبت به ایجاد شادی و نشاط، به ناچار باید برای هر سه بخش از این کارکردهای خود برنامه ریزی لازم را داشته باشد که البته موفقیت در نقش دوم، بی شک، به وجود شادی و نشاط در جامعه بستگی دارد. ازاین رو، در این نوشته کوشیده ایم تا به فراخور مجالی که می یابیم، به نقش دستگاه ها و نهادهای اجتماعی دیگر در این حوزه موضوعی اشاره کنیم تا دست کم خواننده گرامی به این حقیقت توجه کند که این تنها رسانه نیست که مسئول تولید و گسترش شادی و نشاط است، بلکه باید موضوع را در گستره ای بزرگ تر و کلان تر مشاهده کرد.

۱. مراکز سیاست گذار، قانون گذار و تصمیم گیر

اشاره

۱. مراکز سیاست گذار، قانون گذار و تصمیم گیر

منظور از این نوع مراکز، دستگاه های حاکمیتی است که در امور اجتماعی، سیاست گذاری و قانون گذاری می کنند و تصمیم آنها به صورت مستقیم یا غیر مستقیم بر ایجاد یا از بین رفتن، گسترش یا کاهش و نیز نهادینه شدن یا نشدن فضای شادی و نشاط، تأثیر ژرفی دارد، دستگاه هایی مانند شورای عالی انقلاب فرهنگی و شوراهای اقماری آن همچون شورای فرهنگ عمومی و یا

مجلس شورای اسلامی، مجمع تشخیص مصلحت نظام، شورای عالی انقلاب فرهنگی، شوراهای استان یا شهر و امثال آن.

دستگاه های قانون‌گذار و سیاست گذار می توانند نقش بزرگی نسبت به ایجاد، توسعه، ترویج و از همه مهم تر، نهادینه کردن فضای شادی و نشاط در جامعه داشته باشند. نباید تردید کرد که در ایجاد جامعه ای شاد، نقش مراکز قانون گذاری همچون مجلس که نهادی مردمی و برآیند خواست و نظر مردم است، بسیار بااهمیت و حساس است. مجلس های قانون گذار می توانند مطالعات اندیشمندان و پژوهشگران، سیاست ها و چارچوب های کلی طراحی شده را به قانون تبدیل کنند و برای تثبیت آنها، تدبیرهای قانونی لازم را بیندیشند. اینک، به برخی فعالیت های ممکن در این گونه دستگاه ها اشاره می کنیم:

الف) شناخت موضوع و جنبه های آن

الف) شناخت موضوع و جنبه های آن

از آنجا که نخستین گام برای پرداختن به موضوع شادی و نشاط یا هر موضوع دیگر، شناخت آن است، این نوع دستگاه‌ها باید ابتدا شناخت درستی از وضعیت شادی و نشاط در جامعه پیدا کنند که البته شناخت آسیب‌های مترتب بر بود یا نبود آن نیز بسیار مهم است. بنابراین، در نخستین گام، نهادهای تصمیم‌گیر، تصمیم ساز و قانون‌گذار باید درک درستی از موضوع در شرایط فعلی آن پیدا کنند، آسیب‌های آن را بشناسند و حتی این موضوع را از دیدگاه افراد جامعه مطالعه کنند؛ زیرا این مراکز می‌خواهند برای شادی و نشاط مردم و جامعه برنامه‌ریزی و تصمیم‌گیری کنند. بنابراین، مطالعه این موضوع از دیدگاه آنان و در نظر گرفتن خواسته و مطلوب آنان، یکی از اصولی‌ترین معیارها در این شناخت است.

ص:۱۹۲

نکته دیگر آن است که بایـد موضوع را به درستی بشناسـند؛ اینکه شـادی و نشـاط چیست؟ چگونه ایجـاد می‌شود؟ به اقتضـای جـامعه ما، نگاه دین به این موضوع چیست؟ زمینه‌ها، عوامل و موانع گسترش شادی و نشاط چیست؟ اینها، موضوع هایی اسـت که مراکز و افراد قانون‌گذار، تصمیم گیر و برنامه ریز باید آنها را به خوبی بشناسند.

ب) احترام به تفاوت نگرش و رفتار جامعه و افراد در نوع شادی های مطلوب

ب) احترام به تفاوت نگرش و رفتار جامعه و افراد در نوع شادی های مطلوب

نکته دوم که همواره بایـد در نظر داشت، آن است که راه هـا و عوامـل ایجاد و گسترش شادی در یک جامعه نسـبت به جامعه دیگر، در یک فرهنگ نسبت به فرهنگ دیگر، در یک مـذهب و آیین نسـبت به آیین و مـذهب دیگر، در سـنین مختلف، در طبقات مختلف و حتی یک زمان و مکان نسبت به زمان و مکان دیگر، متفاوت و گاه متناقض است. نهادهای قانون‌گـذار باید به این تفاوت‌ها احترام گذارند و تا حد ممکن آن را در تصمیم‌گیری‌ها، تصمیم سازی‌ها و برنامه های کلان جامعه در ایجاد و توسـعه شادی دخالت دهند؛ زیرا توفیق این برنامه‌ها در جامعه جز با همراهی و مشارکت فعال جامعه و افراد آن ممکن نیست و برای این همراهی و هم دلی باید برای سلیقه ها و فرهنگ‌های مختلف افراد جامعه نسبت به شادی و تفاوت نگرش و رفتار آنها تا حد ممکن احترام قایل شد.

ج) فراگیری و شمول در برنامه ریزی ها

ج) فراگیری و شمول در برنامه ریزی ها

چنانچه بخواهیم شاهد گسترش و توسـعه شادی ها در جامعه باشـیم، باید در نهادهای قانون گذار، تصـمیم گیر و تصـمیم ساز، نوعی نگاه فراگیر و شامل را رواج دهیم و به دنبال قوانین، طرح ها و برنامه هایی باشیم که نسبت به

هیچ یـک از حوزه های حیات بشـری غفلت نشود. بنابراین، توجه به همه راه های گسترش شادی در حوزه فردی، خانوادگی، سازمانی و اجتماعی بسـیار اهمیت می یابد و از سویی برای تحقق این فراگیری و شمول باید وظایف و تکالیف افراد و خانواده ها به آنها یادآوری شود یا به تعبیری، برنامه ها و سـیاست هایی برای فرهنگ سازی شادی و نشاط در سطح افراد و خانواده ها تـدوین و به منظور تحقق آنهـا، فعـالیت هـایی سامـان یابـد. افزون بر این، بایـد نقش وظایف و تکالیف همه دسـتگاه ها درباره شادی و نشاط روشن گردد و در صورتی که این کار با جامعیت پیش بینی شود، به هم افزایی فعالیت ها می انجامد.

د) تهیه نقشه جامع شادی در نظام اسلامی

د) تهیه نقشه جامع شادی در نظام اسلامی

چنان که در این نوشتار بدان اشاره کردیم، شادی و نشاط در جامعه اسلامی، با شادی و نشاط در ملت ها و فرهنگ های دیگر متفـاوت است. این تفـاوت، هم در مـاهیت و هم غـایت آن است. از سویی، سـرعت و حجم تبـادل اطلاعات و حضور و ظهور رسانه های نوین، به گسترش عناصر فرهنگی دیگر در جامعه کمک زیادی می کند و زمینه تأثیرپذیری جامعه از انواع شادی و نشاط هایی که ارمغان این تبادل یا تهاجم فرهنگی است، بسـیار زیاد است. بنابراین، با توجه به این دو نکته، نقش دستگاه های سیـاست گـذار، تصـمیم سـاز و برنـامه ریز در ترسـیم نقشه جـامع شـادی و نشاط جامعه اسـلامی که برگرفته از اصول، مبانی و آموزه های دینی و ملی است، بسیار جدی و اجتناب ناپذیر است.

مطـالعه و ترسـیم این نقشه که در بردارنـده همه ویژگی هـای لازم باشـد، از تکالیف دسـتگاه های قانون گـذار و تصـمیم گیر است، ویژگی هایی مانند در نظر

ص:۱۹۴

داشتن نقش همه عوامل تأثیرگذار در شادی و نشاط، توجه به موانع و عوامل بازدارنده شادی و نشاط، توجه به تدوین و سامان دهی برنامه ها و فعالیت های کوتاه مدت، میان مدت و بلندمدت.

ه) در نظر داشتن نقش و جایگاه مردم

ه) در نظر داشتن نقش و جایگاه مردم

امروزه، برنـامه ریزان و تصـمیم گیران حوزه فرهنـگ، برای نهـادینه شـدن و گسترش مفاهیم و عناصـر فرهنگی نگرش و رفتار مردم، نیازمنـد همکاری، هم دلی و همراهی آنان در پـذیرش و همراهی عملی مردم هسـتند؛ زیرا جز در سایه مشارکت ایشان، تثبیت و نهادینه کردن عناصـر فرهنگ عمومی پدیـد نخواهـد آمـد، به گونه ای که برنامه ها و قوانین هرچنـد هم دقیق و علمی باشـند، اگر زمینه پذیرش اجتماعی برای آنها فراهم نیاید، نخواهند توانست هدف های ترسـیم شده را تحقق بخشـند. این زمینه هم ذهنی است، هم قلبی و هم بایـد در رفتـار نمود و بروز داشـته باشـد؛ یعنی در نظر گرفتن شـناخت و آگاهی مردم و پس از آن، میـل، علاـقه و رغبت به تغییر نگرش و رفتارهـای فردی و سـپس تعهـد رفتـاری به موضوع شادی و نشاط، اموری است که باید مرکز توجه مراکز تصمیم گیر، برنامه ریز و قانون گذار باشد.

در مسیر ایجاد شـناخت و زمینه پذیرش عمومی برای ایجاد و گسترش شادی و نشاط در جامعه، شناخت موانع ذهنی و فردی و از سویی، فرهنگی، سیاسـی، اقتصادی و نیز اجتماعی مهم است؛ زیرا شـناخت این موانع و تلاش حداکثری دسـتگاه های قانون گذار و تصمیم گیر برای رفع آنها می تواند به هم دلی، همراهی و هم نوایی افراد جامعه در تحقق حداکثری موضوع در جامعه بینجامد.

ص:۱۹۵

و) نگرش علمی به موضوع شادی و نشاط

و) نگرش علمی به موضوع شادی و نشاط

نکته مهمی که در برنامه ریزی کلان جامعه باید به آن توجه شود و موضوع شادی و نشاط هم از این قاعده مستثنی نیست، حاکم بودن فضای علمی و نگرش علمی و محققانه به این موضوع است. یافته های علمی بشر در حوزه های روان شناسی، جامعه شناسی، مدیریت و علوم بین‌رشته ای که حاصل تفکر و تأمل عقلی بشر و تجربیات سال های متمادی اوست، منبع بزرگی است که می تواند حجم هزینه ها و آزمون و خطا را در این موضوع کاهش و شیوه های مناسبی را برای تحقق هدف های مورد نظر پیشنهاد دهد.

نگرش علمی به موضوع شادی و نشاط سبب می شود تا همه امیال و غرایز انسانی، رفتارها و نگرش ها، انگیزه ها و ادراک او در حوزه فردی و همچنین نگرش ها، ارزش ها و رفتارهای اجتماعی او، موشکافانه مطالعه گردد و نسخه هایی برای تجویز برخی بیماری های فردی و اجتماعی پیچیده شود که متناسب با درد است.

رویکرد علمی به شادی و نشاط عمومی اقتضا می کند هم موضوع به صورت علمی خوب شناخته شود؛ یعنی بدانیم ماهیت شادی و نشاط چیست؟ انواع آن کدام است؟ تأثیرهای آن بر فرد و جامعه چیست؟ عوامل ایجاد و گسترش آن کدامند؟ موانع توسعه شادی و نشاط چیست و آسیب های آن کدامند؟ و هم اینکه باید جامعه هدف جنبه های مختلف شادی را خوب شناسایی و درک کند، یعنی باید بداند مخاطبان ما دارای چه ویژگی های فکری، عاطفی و رفتاری هستند و در نهایت، حتی در معرفی راهکارها نیز باید به سراغ مبانی علمی برود. به این منظور، یکی از نیازهای برنامه ریزی، تصمیم گیری و قانون گذاری در حوزه ایجاد و گسترش شادی عمومی، اتکا به پشتوانه پژوهشی و محققانه مراکز علمی و پژوهشی است.

ص:۱۹۶

ز) ایجاد انگیزه و رغبت عمومی به شادی

ز) ایجاد انگیزه و رغبت عمومی به شادی

برنـامه ریزان و نهادهای قانون گـذار بایـد توجه داشـته باشـند که شادی و نشاط تا به صورت یک درخواست و مطالبه عمومی درنیایـد، نتایـج آن مشـهود نخواهـد بود. مطـالبه عمومی سـبب می شود افزون بر آنکه افراد، نقش و سـهم خود را در ایجـاد و گسترش شادی از یاد نبرنـد، آن را حق خود بداننـد که باید از سوی افراد حقیقی و حقوقی دیگر به رسـمیت شـناخته و رعایت شود. این مهم بسیار مشکل است و دیر حاصل می شود، ولی اگر موضوعی در فرهنگ عمومی به این درجه از تثبیت رسید، به صورت هم افزا و بـدون دخالت های دیگر، خودبه خود، در جامعه گسترش خواهـد یافت. بنابراین، بایـد بیشترین اهتمام برنامه ریزان، قـانون گـذاران و تصـمیم گیران در سـطح کلان جامعه به ویژه درحوزه فرهنگ عمومی، تبـدیل کردن عناصـر فرهنگی مانند شادی و نشاط عمومی به یک شعار، خواسته و مطالبه عمومی باشد تا افزون بر آنکه مشارکت مردم در آن افزایش یابد و جامعه به یک هم‌افزایی درونی نسـبت به آن برسـد، عوامل و موانع گسترش شادی هم به صورت نظام منـد و درونی سـرکوب شود و زمینه های رفتاری تک تک افراد جامعه برای گسترش آن فراهم آید.

ح) نگرش و باور حداکثری به شادی و نشاط

ح) نگرش و باور حداکثری به شادی و نشاط

یکی از آسـیب هـایی که در پی احتیاط و ملاحظات افراطی در حوزه قانون گـذاری و برنامه ریزی برای پدیـده های اجتماعی دامن گیر برنـامه ریزان و قـانون گـذاران می شود، آن است که بـا احتیـاط و ملاحظات فراوان به قلمرو موضوع هایی وارد می شوند که به گونه ای به شادی و نشاط عمومی برمی گردد دلایل این آسیب، گوناگون و بسیار است که البته ما نیز در اینجا

درصـدد بررسـی و تحلیـل این دلایل نیستیم، ولی نکته ای که قصـد داریم به آن توجه کنیم، آن است که این گونه ملاحظات سبب می‌شود موضوع شـادی و نشـاط، ویژ گی هـای لازم و کار کردهای مثبت خود را از دست بدهـد و از آن جز کالبـدی بی روح باقی نمانـد، قوانین و برنامه ها در حـد دسـتورها و قوانین و کاغذ در قفسه ها بماند و از آنها اقبال عمومی نشود و اگر هم مصـداقی از آنهـا در جامعه پدیـدار گشت، ماننـد جسـمی بی روح، تأثیری بر فرد و جامعه نگـذارد و هیـچ یک از هـدف ها و دسـتاوردهای مترتب بر شادی و نشاط محقق نشود. بنابراین، داشـتن نگاه و نگرش حداکثری به شادی و نشاط های مطلوب در جامعه کمک می کنـد تا برنامه ریزان و قانون گذاران به جز در مواردی که مفسد ه ها و ناهنجاری های واقعی در پی دارد، از هیچ کوششی برای گسترش شادی و نشاط فروگذار نکنند.

ط) ضرورت بازنگری در قوانین، مقررات و برنامه ها و تصمیم های قبلی

ط) ضرورت بازنگری در قوانین، مقررات و برنامه ها و تصمیم های قبلی

گفتیم شـناخت عواملی که سـبب می‌شود شـادی و نشـاط در جامعه گسترش یابـد یا با موانعی روبه رو شود، از ضـرورت های پرداختن به موضوع در نهادهـای قانون گـذار، تصـمیم گیر و برنامه ریز است؛ زیرا تلاش برای نهادینه کردن اموری که ایجاد و گسترش شـادی و برطرف کردن موانع آن را الزام آور می کنـد، به شادی و نشاط عمومی جامعه می انجامـد. تحقق کامل این مهم، زمـانی ممکن است که گذشـته از آنکه بایـد در قـانون گـذاری هـا و برنـامه ریزی های جدیـد به اصل شادی و نشاط به عنوان یـک معیـار و اصـل توجه کنیم، بـا بـازنگری در قوانین، مقررات، برنـامه هـا و تصـمیم های قبلی، در حـد توان بکوشـیم مصـداق هـایی را که سـبب شـادی می شود، تقویت کنیم و موانعی را که سـبب می شود شادی و نشاط محـدود شود یا از بین برود، برداریم.

نکته قابل توجه آن است که شناخت کامل همه این عوامل و موانع آن کار آسانی نیس

ص:۱۹۸

ت؛ چه بسیارند امور اقتصادی و سیاسی و مانند آنها به ظاهر با شادی و نشاط نسبت و سنخیتی ندارند، ولی در عمل، باواسطه یا بی واسطه بر شادی و نشاط افراد جامعه یا کلیت جامعه تأثیر شگرفی می گذارند که برخی پیدا و برخی پنهان است. ازاین رو، شناسایی جامع این عوامل، در تصمیم های پیشین و فعلی برای گسترش شادی های مطلوب و پایدار، اجتناب ناپذیر است.

ی) تدبیر برای فراهم آوردن هزینه ها و امکانات لازم

ی) تدبیر برای فراهم آوردن هزینه ها و امکانات لازم

بدیهی است برای گسترش هر نوع مفهوم فرهنگی در جامعه، تأمین منابع و هزینه های آن را نیز نباید از نظر دور داشت. در مفاهیم و عناصر فرهنگی که به اعتقاد بسیاری، نهادینه کردن آنها، پرهزینه ترین فعالیت هاست، باید با وسعت دید، صبر، تحمل و پشتکار همت گماشت، وگرنه چنانچه برنامه ریزان و تصمیم گیران به نتایج زودهنگام دل ببندند، هرگز حاضر نخواهند بود هزینه های این فعالیت ها را بپردازند. بنابراین، تأمین امکانات مالی و معنوی توسعه شادی و نشاط در جامعه نباید از نظر دستگاه های قانون گذار و برنامه ریز دور بماند.

باید دانست که هزینه ها همیشه هزینه های مادی و مالی نیستند. باید برای نهادینه کردن عناصر فرهنگ ایرانی ـ اسلامی، هزینه های بسیاری پرداخت شود. چه بسا ممکن است به برخی ساختارها، قوانین و عرفیات جامعه نیز آسیب هایی وارد شود که البته این هزینه ها در برابر دستاوردهای نهادینه شدن یک فرهنگ، ناچیز و قابل بازیابی خواهد بود.

ص:۱۹۹

بی تردید، برای جریان شادی در زندگی فردی و اجتماعی مردم باید در برنامه های کلان، امکانات آن را پیش بینی کرد؛ برای ایجاد مکان هایی که در برنامه های توسعه شادی پیشنهاد می شوند و فضاهایی که برای تخلیه هیجان های اجتماعی تدارک می شود، امکانات و تجهیزات لازم فراهم آید تا دسترسی افراد به انواع شادی های فرح افزا و مطلوب، آسان شود و در این راه افراد و جامعه با محدودیت و مشکلی روبه رو نباشند.

ک) رعایت عدالت در وضع قوانین و مقررات شادی و نشاط در جامعه

ک) رعایت عدالت در وضع قوانین و مقررات شادی و نشاط در جامعه

یکی از پدیده هایی که امروزه در جوامع جهان سوم یا حتی در حال توسعه دیده می شود و توجیه عقلانی و منطقی ندارد، آن است که در قانون گذاری ها، تصمیم گیری ها و برنامه ریزی های خرد و کلان جامعه عدالت توزیعی رعایت نمی شود. این پدیده در همه حوزه های مختلف سیاسی، اجتماعی، اقتصادی و حتی در موضوع های فرهنگی هم وجود دارد. پیش بینی همه مواهب برای طبقه خاصی از مردم مانند کارمندان یا افراد ویژه یا ایجاد دسترسی و سهولت برای سطحی از افراد مانند شهری و روستایی یا طبقه بندی های نادرست مذهبی یا قومی و مانند آن، نشانه های زشت تبعیض است که متأسفانه جامعه با آن روبه روست.

توجه به گسترش یکسان برخورداری های فرهنگی، از جمله فضا، امکانات و فرصت های شادی و نشاط در همه طبقات، سطوح و افراد جامعه، اصلی است که باید قانون گذار و برنامه ریزان جامعه به آن توجه نشان دهند. تفاوت گذاشتن میان جامعه روستایی و شهری، باسواد و بی سواد، کارمند و غیر کارمند و مانند آن، می تواند روح حاکم بر مفاهیم فرهنگی را مسخ کند و حتی احساس تبعیض و بدبینی را در جامعه رواج دهد یا خود به ابزاری

برای شـاد نبودن و نشاط نداشـتن جامعه تبـدیل شود. بنابراین، عـدالت تفریحی در قانون گـذاری و تصـمیم گیری برای شادی های پایدار و مطلوب در جامعه اصلی است که به ترویج شادی و نشاط و نهادینه شدن آن کمک شایانی می کند.

ل) شفافیت در ایجاد ابزارهای نظارتی و ضمانت های قانونی

ل) شفافیت در ایجاد ابزارهای نظارتی و ضمانت های قانونی

از دلایلی که سـبب می شود بسـیاری از عناصـر فرهنگی برنامه ریزی شده در جامعه به نگرش و رفتار عمومی تبدیل نشود، آن است که در قوانین، مقررات و برنـامه هـایی که برای دسـتگاه های مجری نوشـته می شود، قوانین و مقررات، شـفاف و صـریح نیسـتند و راه را برای کم کاری ها و ناکارآمـدی ها باز می گذارنـد. ضـمانت اجرایی مناسبی هم برای آنها در نظر گرفته نمی شود تـا الزام و اجبار در تحقق آنها وجود داشـته باشـد و در صورت کم کاری و ناتوانی، عوامل آن بازخواست شونـد و بـدین گونه از تکرار این اهمال ها کاسته شود. بنابراین، در حوزه تدوین قوانین، برنامه ها و سیاست ها باید از ابتدا به صورت شفاف، تکالیف و وظایف دستگاه ها، روشن و آشکارا بیان شود و در مقام عمل هم ضمانت های لازم برای اجرای آن اندیشیده تا راه را برای کم کـاری و اهمال های احتمالی بسـته شود. ازاین رو، عملکرد این دسـتگاه درباره شادی و نشاط، بایـد در دوره های مشخص زمانی، ارزیابی شود.

۲. مراکز فرهنگی و تبلیغی

اشاره

۲. مراکز فرهنگی و تبلیغی

منظور از مراکز فرهنگی تبلیغی، مراکز دولتی و غیردولتی است که به گونه ای در گسترش فرهنـگ اسـلامی ـ ایرانی و ترویج آن در جامعه فعالیت دارند و تبیین، تبلیغ و تعمیق فرهنگ ایرانی ـ اسلامی از وظایف اصلی آنها به شمار

می آید، مانند حوزه های علمیه، وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی، صدا و سیما، سازمان ملی جوانان، سازمان میراث فرهنگی، سازمان تبلیغات اسلامی، دفتر تبلیغات حوزه علمیه قم، دفترهای مراجع تقلید، مساجد و تشکل های مذهبی مربوط به آن.

بیان این نکته بسیار ضروری است که زمانی تلاش های دستگاه های مختلف به تحقق نتایج مورد انتظار می انجامد که این دستگاه ها به وسیله یک مرکز مدیریت، سیاست گذاری یا هماهنگی رسمی یا غیررسمی، به صورتی هماهنگ و منسجم عمل کنند تا فعالیت های یکدیگر را خنثی نکنند. یکی از بزرگ ترین خلأهای جامعه در حال حاضر، همین موضوع است که نهاد یا مرجعی برای سیاست گذاری و تعیین خط مشی های کلان در موضوع شادی وجود ندارد تا افزون بر برنامه ریزی های کلان، فعالیت هریک از دستگاه ها را تعیین کند و بر عملکرد آنها نظارت دقیق داشته باشد.

اگر بخواهیم در این مختصر به جزئیات وظایف این دستگاه ها بپردازیم، خود، به تدوین کتابی دیگر خواهد انجامید که البته در ضرورت آن، هیچ تردیدی نیست. پس به سرفصل هایی که بیشتر می تواند به عنوان سرفصل های فعالیت های این مراکز تلقی شود، اشاره می کنیم.

الف) تبیین فلسفه شادی و نشاط در جامعه از دیدگاه اسلام

الف) تبیین فلسفه شادی و نشاط در جامعه از دیدگاه اسلام

بسیاری از ناهنجاری ها در موضوع شادی و نشاط از آنجا ناشی می شود که دیدگاه اسلام درباره شادی و نشاط به خوبی برای جامعه تبیین نشده است. در واقع، یکی از بزرگ ترین خلأهای اجتماعی در سالیان پس از انقلاب، این است که به این مهم توجه نشده و گام های مؤثری در این وادی برداشته نشده است. پس بسیار ضروری است که پس از استخراج فلسفه شادی های فردی

و اجتماعی از متون اسلامی در مراکز پژوهش دینی، دستگاه های فرهنگی و تبلیغی برای تبیین و تبلیغ آن در سطح جامعه به ویژه در میان جوانان کوشش شایسته ای انجام دهند.

ب) تعیین و معرفی مدل شادی های مطلوب

ب) تعیین و معرفی مدل شادی های مطلوب

این کار نیازمند مطالعات جامعه شناسانه و روان شناسانه و اجتماعی بسیاری است که باید در مراکز پژوهشی سامان یابد، نتایج آن به صورت مدل های کاربردی درآید و دستگاه های فرهنگی و تبلیغی به عملیاتی و نهادینه کردن آن در سطح جامعه بپردازند. بدیهی است این مهم در یک جمله بیان می شود، ولی مدل سازی برای شادی های اجتماعی آن هم با محدودیت هایی که برای تکامل جامعه معنوی مورد نظر اسلام لازم است، کاری است بسیار دشوار. این مدل ها باید مبتنی بر مبانی اندیشه دینی ترسیم شود و دست کم با آنها تعارض و تنافی نداشته باشد، با هنجارها و اقتضائات جامعه ایرانی ــ اسلامی سازگار باشد، با روحیات و درک عمومی جامعه منطبق باشد، پیراسته از آسیب هایی باشد که در فصل های پیشین بدان ها اشاره شد و مهم تر اینکه دربردارنده فواید و آثار فردی، خانوادگی و اجتماعی شادی و نشاط باشد.

پس از رسیدن به این مدل ها که با مطالعات، پژوهش ها، گفت وگو و بحث و نقد و بررسی به دست می آید، باید همه دستگاه های فرهنگی و تبلیغی برای تبیین، ترویج، تعمیق و نهادینه کردن آنها، نقش و وظیفه خود را ایفا کنند. حوزه های علمیه هم در مرحله مطالعات مقدماتی، هم در مرحله کاربردی کردن مطالعات و پژوهش های نظری و هم در مرحله آماده‌سازی بسترهای لازم آن در سطح جامعه و هم در مرحله نظارت های اجتماعی برای دور نشدن از معیارهای اولیه، نقش مهمی بر عهده دارند. صدا و سیما نیز در

تبیین، ترویج و نهادینه شدن این مدل ها نقش بسزایی دارد. دستگاه های دیگر هم می توانند خدمات زیادی را ارائه کنند.

ج) تشویق افراد و جامعه به شادی های مطلوب و پایدار

ج) تشویق افراد و جامعه به شادی های مطلوب و پایدار

مراکز فرهنگی و تبلیغی می توانند با تشویق افراد و جامعه به شادی های پایدار، فضای شادی و نشاط را در جامعه گسترش دهند که در این زمینه، نقش و وظایف این دستگاه‌ها، مختلف است و در مراتب گوناگونی از اهمیت قرار دارد. باید توجه داشت انجام این وظیفه در برابر جوانان، بسیار حساس و ظریف است و دقت و وسواس زیادی را می طلبد؛ زیرا اگر این تشویق در مجرا و جریان متعادلی قرار نگیرد، به آسیب هایی می انجامد که در فصل پیش به آن اشاره کردیم.

نکته قابل توجه آن است که نباید تصور شود منظور از تشویق و ترغیب، تنها تشویق در ابعاد اجتماعی آن است، بلکه تشویق افراد به شادی و نشاط آفرینی، یا تشویق خانواده برای تربیت شاداب فرزندان و ایجاد روحیه شاد در آنان در محیط خانواده و آغاز کردن فرایند نهادینه کردن شادی از درون خانواده، از ضروریت های توسعه شادی های پایدار به شمار می آید.

د) تبیین آسیب های شادی و نشاط

د) تبیین آسیب های شادی و نشاط

یکی از وظایف دستگاه های فرهنگی و تبلیغی آن است که جامعه را در مقابل آسیب های ناشی از پدیده های اجتماعی در امان دارد. همان گونه که در فصل پیشین گذشت، یکی از لغزشگاه های خطرناک در پدیده های اجتماعی، موضوع شادی و نشاط است. برای اینکه جامعه از این لغزشگاه خطرناک به سلامت بگذرد، تبیین آسیب های این حوزه سبب بالا رفتن

آگـاهی هـای جـامعه به ویژه نسـل جوان می شود که بیشتر در معرض آسـیب هـا قرار دارد، و آنان را در مقابل این آسـیب ها مصونیت می بخشد و به سـلاح آگاهی و بینش مجهز می کند. تبیین آسیب ها، فرآیندی است که هماهنگی و تقسیم مأموریت دسـتگاه هـای تبلیغی در آن بسیار مهـم است. اینکه هریـک از مراکز فرهنگی و تبلیغی در چه سـطحی به آن بپردازنـد، در هر دوره ای به کدام یک از آسـیب ها توجه شود و مفاهیم مورد نظر چگونه به صورت بسـته های اطلاعاتی در جامعه توزیع شود و نیز اینکه کـدام یک از روش های تبلیغی برای بیان آن مناسب است، پرسـش هایی است که بایـد در جای خود به آن پاسـخ گفت.

ه) بالا بردن آستانه تحمل جامعه در موضوع شادی و نشاط

ه) بالا بردن آستانه تحمل جامعه در موضوع شادی و نشاط

چه بسا به دلیل فرهنگ جامعه در حوزه مسائل اجتماعی، امکان گسترش شادی های مطلوب، از همه مراکز رسمی و غیررسمی سلب شود. برای ایجاد نهضت شادی و نشاط معنوی باید با آگاهی بخشی و تبیین و ترویج معیارها، آستانه تحمل جامعه را بالا برد و برخی خطاها را نادیده گرفت تا بتوان از مرحله آزمون و خطا به راحتی گذشت.

و) تبیین حقوق متقابل حکومت و مردم در زمینه شادی و نشاط

و) تبیین حقوق متقابل حکومت و مردم در زمینه شادی و نشاط

پیـداست فضـای فعلی جـامعه ما، فضایی دورافتاده از شادی و نشاط است.[1] این امر می تواند دلایل بسـیاری داشـته باشد که یکی از آنها، آشـنا نبودن حکومت کننـدگان و مردم به حقوق و تکالیف خود در برابر یکـدیگر در زمینه شادی و نشاط است. برای اینکه بتوان این مانع را برداشت و شادی و نشاط

۱- بر اساس گزارش فوربس از نتایـج یک نظرسـنجی، کشور ما در بین ۱۵۵ کشور جهان، رتبه ۸۱ را در میزان شادی به خود اختصاص داده است. (سایت خبری تحلیلی وطن: www.watan.ir).

مطلوب و مفید را به یک خواسته عمومی تبدیل کرد و از سویی از زیاده روی و تفریط ها کاست، نیاز است با استناد به منابع اسلامی و دینی، حقوق و تکالیف دو طرف در مقابل یکدیگر به خوبی تبیین شود تا افزون بر آشنایی، به نوعی بر احقاق این حقوق، نظارت اجتماعی اعمال شود و مردم و مسئولان نتوانند در تکالیف و وظایف خود در این حوزه کوتاهی و سستی کنند. این موضوع در حوزه خانواده نیز قابل طرح است و چه بسا تبیین حقوق و تکالیف اعضای خانواده در مقابل یکدیگر در زمینه ایجاد و گسترش شادی های مطلوب و مفید و همچنین برطرف ساختن موانع آن و برچیدن بساط افسردگی، نومیدی، غم و اندوه، ضروری تر و مهم تر باشد؛ چه آنکه خانواده محل تولید و نهادینه شدن برخی روحیات و ویژگی هایی است که سبب سرایت آنها به اجتماع می شود.

ز) آموزش شادی و نشاط به افراد و خانواده ها به ویژه جوانان

ز) آموزش شادی و نشاط به افراد و خانواده ها به ویژه جوانان

شاید گمان شود شادی و نشاط امری ذاتی و فطری است و نیاز به آموزش و تعلیم ندارد، ولی واقعیت آن است که اعضای جامعه به ویژه جوانان، گاه به دلیل تشخیص ندادن و ناآگاهی از انواع شادی و نشاط ها و نشناختن بسترها و زمینه های بروز و ظهور آنها و نیز ناآشنایی ها با پی آمدها و گاه موانع آن، نتایج متفاوتی از زندگی و شرایط خود می گیرند. ازاین رو، آموزش شادی و نشاط و زمینه های دست یابی به آن و موانع و عوامل بازدارنده آنها بسیار مهم است.

۳. مراکز اجرایی و عملیاتی

اشاره

۳. مراکز اجرایی و عملیاتی

منظور از مراکز اجرایی و عملیاتی همه دستگاه های دولتی یا غیر دولتی است که به گونه ای می توانند در عملیاتی و اجرایی کردن مفاهیم فرهنگی، اجتماعی،

سیاسی، اقتصادی و مفاهیمی از این دست، در سطح جامعه به صورت مؤثر نقش ایفا کنند. برخی وزارت خانه ها، سازمان های غیر دولتی، نهادهـای اجتماعی، شـهرداری ها، شوراهای اسـلامی، دسـتگاه های نظارتی وماننـد آنها، از این نمونه انـد. فعالیت های ممکن در زمینه وظایف و اختیارات این نوع از مراکز می توانـد بسـیار گوناگون باشـد. ازاین رو، پرداختن به همه آنها، از ویژگی این نوشـته که همان نداشـتن حیطه زمانی و قابل تسـری بودن به آینـده است، فرو می کاهد. بنابراین، همچون دو مورد گذشته، تنها به سرفصل هایی اشاره می کنیم که می تواند ایده هایی برای کشف فعالیت های نو باشد:

الف) تلاش برای ایجاد روش های نو در ترویج شادی و نشاط در جامعه

الف) تلاش برای ایجاد روش های نو در ترویج شادی و نشاط در جامعه

امروزه، ذایقه تنوع طلب جوانان و حتی اقشار دیگر جامعه ایجاب می کنـد دسـتگاه هایی که وظیفه شان گسترش فضای شادی و نشاط در جامعه است، به روش ها و ابزار نو برای شادی و نشاط بیندیشند. این موضوع زمانی اهمیت دوچندانی پیدا می کند که تنوع شـادی هـای کـاذب و انواع روش هـا و ابزارهـای شادی و نشاط غیر مفیـد و مخرب در دسترس جامعه به ویژه جوانان قرار دارد و در این مسـیر هیچ محدودیتی وجود ندارد. ازاین رو، باید مراکز اجرایی با همکاری و هم اندیشـی مراکز پژوهشی، روش های نو و بـدیعی را برای ایجاد و گسترش شادی های مفیـد و مؤثر در حوزه فردی، خانوادگی و اجتماعی خلق کنند. در این راه افزون بر شـیوه ها، به ابزار، فضاها، محتوا و قالب ها هم باید اندیشـید تا بتوان با ایجاد نوآوری و خلاقیت در آنها بر دو آسـیب پیش گفته پیروز شویم. نـاگزیر بایـد این نکته را یـادآوری کنیم که در ایجـاد و گسترش این روش ها، ابزار، شـیوه ها، فضاها، محتوا یا قالب، توجه به

ص:۲۰۷

دو نکته بسیار ضروری و اجتناب ناپذیر است: نخست اینکه خلاقیت در این موارد، متعارض و متناقض با اصول پذیرفته شده دینی، عرفی، قانونی، اجتماعی و هنجاری جامعه نباشد؛ یعنی خود سبب پی آمدهای منفی دیگر نشود. دیگر اینکه اقتضائات جامعه در ابعاد سیاسی، اقتصادی، اجتماعی، امنیتی و از همه مهم تر فرهنگی و مذهبی در نظر گرفته شود.

ب) تلاش برای ایجاد شادی و نشاط در انواع حرفه ها

ب) تلاش برای ایجاد شادی و نشاط در انواع حرفه ها

بدیهی است اگر دستگاه های اجرایی بتوانند فضایی شاد و بانشاط را در محیط کاری افراد ایجاد کنند، به گونه ای که آن را برای افرد لذت بخش و تحمل پذیر کنند، افزون بر آنکه گرایش به کار و تلاش در جامعه رو به فزونی می گذارد و اثربخشی و بازدهی آنان افزایش می یابد، این شادی خواه ناخواه علاوه بر افراد به محیط خانواده و جامعه نیز سرایت می کند و بهره های زیادی را به ارمغان می آورد.

ج) غنی سازی فرصت های فراغت

ج) غنی سازی فرصت های فراغت

یکی از بهترین فرصت ها برای ایجاد و گسترش شادی های پایدار و مفید، غنی سازی ایام فراغت و بی کاری جوانان و تنوع بخشیدن به آنهاست. اگر این مهم تحقق یابد، نه تنها شادی و نشاط همراه با فراغت از تحصیل و کار در او ماندگارتر می شود، بلکه نهادینه می شود و در فرصت های دیگر نیز به خانواده و اجتماع منتقل می گردد. این فراز از فرصت های زندگی، مجالی است که روحیه انسان ها به ویژه جوانان به دلیل فاصله گرفتن از دغدغه های تحصیلی و کاری بیش از هر زمان دیگر تشنه شادی و نشاط و مستعد نهادینه شدن آن و حتی انتقال آن به دیگران است. خوب است دستگاه های اجرایی این فرصت های بی نظیر را غنیمت شمارند و برای استفاده از آن برنامه ریزی کنند.

د) توجه به نیاز جامعه به شادی و نشاط در همه حوزه های مختلف حیات انسانی

د) توجه به نیاز جامعه به شادی و نشاط در همه حوزه های مختلف حیات انسانی

شاید شماری بپندارند شاد بودن منحصر به زمان و محدود به مکان و شرایط خاصی است، ولی دستگاه های اجرایی باید به این باور برسند که شادی و نشاط انسانی، مقید به زمان و مکان خاصی نیست و همه زمان ها و مکان ها و موقعیت ها به صورت ذاتی این استعداد را دارند تا به فضای شاد یا برعکس به فضای کسل کننده و رنج آور تبدیل شود. ازاین رو، باید تلاش شود تا شادی و نشاط در همه جا به عنوان یک مطالبه عمومی محقق گردد و از همه ظرفیت ها برای ایجاد و گسترش آن و برداشتن موانع شادی و نشاط بهره گرفته شود. به طور کامل، در محیط های مختلف آموزشی، پژوهشی، فرهنگی، سیاسی، اقتصادی، علمی، اجتماعی، خانوادگی و مانند اینها باید به شادی و نشاط به عنوان یک ضرورت و نیاز توجه کرد.

ه) گسترش و رواج هنر

ه) گسترش و رواج هنر

توجه دستگاه های اجرایی به ترویج و گسترش هنر، یکی دیگر از راه های گسترش شادی و نشاط و تلطیف روحیه افراد و جامعه است. هنر می تواند به اقناع احساسی افراد و جامعه بینجامد و از فشارها و ناراحتی های روحی و روانی بکاهد، آرامش روانی ایجاد کند و فضاهای عاطفی را گسترش دهد. هنر این توانایی را دارد که شادی و نشاط را به افراد و جامعه تزریق کند و برخی خواسته های افراد را با قوه خیال برآورده سازد.

و) تلاش برای گسترش بهداشت روانی جامعه

و) تلاش برای گسترش بهداشت روانی جامعه

بهداشت به دلیل تقدم بر درمان، همیشه در اولویت بوده است. اگر افسردگی و اندوه را بلای روانی جامعه و زندگی ماشینی بدانیم که در حقیقت هم

هست، بهترین راه برای مبارزه با آن، بهـداشت روانی است. بهـداشت روانی می توانـد موانع شادی و نشاط در جامعه را از بین ببرد و زمینه را برای ایجـاد و گسترش فضـای شادی و نشاط عمومی فراهم کنـد. از آنجا که بهـداشت روانی به سادگی ممکن نیست، مطالعات روان شناسانه و آسیب شناسانه در جامعه، ضرورتی دوچندان خواهد داشت تا نقاط آسیب پذیر جامعه در این مسئله، شناسایی و نسبت به درمان یا پیشگیری آسیب ها اقدام شود. ازاین رو، این عنوان فعالیت های گوناگونی را می طلبد.

ز) حمایت از افراد، گروه ها، سازمان ها و تشکل های شادی آفرین

ز) حمایت از افراد، گروه ها، سازمان ها و تشکل های شادی آفرین

مشاهده می شود که در جامعه افراد، گروه ها و تشکل هایی پدید می آیند که به صورت های مختلف، درصدد افزایش شادی هـای مردم انـد. دسـتگاه های اجرایی نه تنها نبایـد به محـدود کردن این افراد یا گروه ها، تشـکل ها روی آورنـد، بلکه بایـد با حمـایت و پشتیبـانی خود، زمینه را برای افزایش این افراد، گروه هـا یـا تشـکل ها و فعالیت های مثبت آنها فراهم آورنـد و اگر آسیب هایی در رابطه با فعالیت آنها مشاهده می شود با هدایت همدلانه سعی در زدودن آن کنند، برخوردهای سلبی و افراطی راه های تنفس جامعه را در حوزه شادی و نشاط خواهد بست و زمینه را برای آسیب های بزرگ تر فراهم خواهد کرد.

ص:۲۱۰

فصل هفتم: شادی و رسانه ملی

اشاره

فصل هفتم: شادی و رسانه ملی

دنیای مدرن ما دارای ویژگی هایی است که آن را از دوره های پیش از خود، متمایز و ممتاز می کند. یکی از ویژگی های دوران ما که عصر رسانه ها، عصر اطلاعات یا ارتباطات نام گرفته است، وجود عناصری مانند ارتباط، اطلاع و رسانه است که بر همه ابعاد زندگی انسان سایه انداخته است. استیلای رسانه ها که حاصل توانایی انسان در تولید و گسترش فن آوری های نوین ارتباطی و اطلاعاتی است، سبب شده است همه وجوه زندگی انسان اعم از فردی، خانوادگی، اجتماعی، سیاسی، اقتصادی و فرهنگی، از تأثیر و قدرت نفوذ رسانه ها در امان نماند و زندگی انسان و حیات اجتماعی او تغییر جدّی کند که نادیده گرفتن آن دیگر ممکن نیست.

در میان این رسانه های متنوع، تلویزیون ویژگی های ممتاز و خاصی دارد که محور بررسی این نوشته قرار می گیرد. در واقع، تلویزیون با داشتن ویژگی هایی همچون قدرت ترسیم نمادها و واقعیت ها و در اختیار گرفتن حس بینایی و شنوایی به صورت هم زمان و نمایاندن واقعیت ها، قدرت برجسته سازی و الگوآفرینی، تکرار نمادها، مفاهیم و پدیده ها، توانسته است

در میان همه رسانه ها مخاطبان بیشتری جذب کند. در حوزه نفوذ و تأثیر نیز نشان داده است قابلیت و استعداد بیشتری دارد تا جایی که تغییرات در سه حوزه: ذهنی و معلوماتی، قلبی و احساسی، عینی و رفتاری حاصل از تلویزیون، چه در حوزه فردی و چه در حوزه های اجتماعی، با رسانه های دیگر قابل مقایسه نیست.

نکته دیگر درباره رسانه ها به ویژه تلویزیون آن است که الگودهی درباره رفتارهای جامعه پسندانه، از جمله شادی، به خانواده محدود نمی شود. در یک برنامه تلویزیونی، یک یا چند رفتار جامعه پسندانه را به صورت پیام و الگو به کودکان می توان منتقل کرد. تماشای چنین برنامه هایی، دانش افراد را درباره رفتارهای مطلوب و اجتماعی بالا می برد.

فردریک واشتاین(۱) در مطالعه ای در سال ۱۹۷۵ بر روی بخش هایی از یک برنامه تلویزیونی به نام «محله آقای راجرز»، پس از تحلیل برنامه دریافت که این برنامه بر درک احساسات، ابراز هم دردی و کمک به دیگران تأکید دارد. داده های این تحقیق با آنچه از نمایش یک برنامه تلویزیونی بی طرف به دست آمده بود، مقایسه و ترجیح آن تأیید شده است.(۲)

در عصر حاضر، یکی از کارکردهای اصلی رسانه ها به ویژه تلویزیون، رویکرد سرگرمی و تفریح است و به نظر می‌رسد با توجه به دو نکته، این کارکرد، به کارکرد اصلی رسانه ای مانند تلویزیون تبدیل شده و کارکردهای دیگر آن را تحت الشعاع قرار داده است. نخست اینکه طبق گفته پستمن، ماهیت تلویزیون با سرگرمی و تفریح، نسبت نزدیکی دارد و زبان تلویزیون، زبان سرگرمی و خوشی است و اگر این زبان را از

ص:۲۱۲

۱- Freidrich stein.

۲- نک: دفتر همکاری حوزه و دانشگاه، روان شناسی رشد، ج ۲، ص ۱۱۳۶.

تلویزیون بگیریم، ماهیت او زیر سؤال می رود.(۱) دیگر اینکه به دلیل سرعت و پیچیدگی زندگی انسان و فشارهای گوناگون و مداوم عوامل مختلف بر انسان، شادی، نشاط، تفریح و سرگرمی، در زندگی او جایگاه ویژ ه ای پیدا کرده است. بر این اساس، باید گفت انتظار مخاطب تلویزیون در حوزه شادی و نشاط و سرگرمی و تفریح بیش از مخاطب رسانه های دیگر و بیش از دیگر کارکردهای رسانه است.

بنابراین، در این نوشته می کوشیم تا ببینیم نسبت رسانه ملی به ویژه تلویزیون با موضوع مورد بحث، یعنی شادی و نشاط چیست؟ عملکرد این رسانه در برابر ایجاد و گسترش شادی و نشاط چگونه بوده است؟ بایسته های این حوزه در رسانه ملی چیست؟

۱. آسیب شناسی شرایط موجود در رسانه ملی در موضوع شادی و نشاط

اشاره

۱. آسیب شناسی شرایط موجود در رسانه ملی در موضوع شادی و نشاط

شایسته این بود آنچه در این بخش درباره رفتار رسانه ای صدا و سیما درباره شادی و نشاط بیان می شود، مبتنی بر یک مطالعه جریان شناسانه و میدانی باشد تا همه واقعیت های مصداقی بیان شود، ولی نه رسالت این نوشته چنین اقتضا می کند و نه مجال آن فراهم است. بنابراین، برداشت هایی که نویسنده دارد، بیشتر متکی بر استنباط شخصی و قضاوت عرفی درباره این موضوع است. البته در این میان، اگر آسیبی مطرح می شود، به معنای نادیده انگاشتن عوامل فرهنگی، سیاسی، اقتصادی، اجتماعی و محیطی مؤثر بر رفتار خاص رسانه ملی نیست، بلکه بررسی این آسیب ها برای رسیدن به ریشه ها و علت های اصلی آن، کاری است که باید در جای خود به صورت علمی انجام

ص:۲۱۳

۱- نک: نیل پستمن، زندگی در عیش؛ مردن در شادی، ترجمه: سید صادق طباطبایی، ص ۱۹۸.

شود. برای مثال، ممکن است حجم ناچیز برنامه های شاد در رسانه ملی را آسیب بدانیم، ولی نمی توانیم برخی زمینه های این مشکل را نادیده بگیریم؛ اینکه ایام عزاداری در جامعه ما طولانی تر از ایام و ساعت های شادی است یا اینکه آستانه خنده و شادی در جامعه ایرانی بسیار بالاست و به راحتی شاد و خندان نمی شود یا اینکه پیشینه فرهنگی، از جامعه و مردم ما، جامعه و مردمی غمگین ساخته است و مانند این دلایل. بنابراین، باید محدودیت های موجود را نیز در کنار همه کاستی ها و آسیب ها در نظر داشت و همه کاستی ها را متوجه رسانه ملی ندانست.

روشن است نقش های سه گانه تبیین، ترویج و تعمیق شادی و نشاط در جامعه را می توان از وظایف رسانه ملی برشمرد، ولی در ایفای این نقش ها نمی توان گفت عملکردی شاخص از رسانه به جای مانده است. در یک نظرسنجی که از مردم تهران درباره میزان آرامش بخشی و شادی بخشی برنامه های تلویزیون انجام شد، ۵۶ درصد پاسخ گویان معتقد بودند صدا و سیما سعی کرده است با پخش برنامه های نه چندان جذاب، تنها وقت مردم را پر کند و ۵۹ درصد پاسخ گویان با این نظر که تلویزیون واقعاً برنامه های شاد ندارد، موافق بوده اند. نتایج کلی نشان می دهد که پاسخ گویان (۶۲ درصد) نظر چندان مثبتی درباره شادی بخش بودن برنامه ها ندارند و تنها ۳۱ درصد نظر به نسبت مثبتی دارند.(۱) با توجه به نکته های پیش گفته، آسیب هایی را که رسانه ملی در موضوع شادی و نشاط با آن روبه روست، می توانیم به این صورت برشماریم؛

۱- مرکز تحقیقات سازمان صدا و سیما، نظرسنجی از مردم تهران درباره میزان آرامش بخشی و شادی بخشی برنامه های سیما، ۱۳۷۴.

الف) نبود طرح جامع برای گسترش شادی و نشاط در رسانه ملی

الف) نبود طرح جامع برای گسترش شادی و نشاط در رسانه ملی

خلأـ وجود برنامه راهبردی برای گسترش شادی و نشاط در جامعه، مطلبی است که پیش از این هم در آسیب ها بدان پرداختیم. در حقیقت، این خلأـ یک خلأـ ملی است که همه اجزای حاکمیت و جامعه را در برگرفته و نبود آن بر همه شئون فرهنگی کشور تأثیر گذاشته است، به گونه ای که هم جامعه از آن رنج می برد، هم دستگاهای تبلیغی و فرهنگی از نبود آن دچار سردرگمی اند و هم تأثیرهای آن بر حوزه های دیگر مثل سیاست، اقتصاد، اجتماع و امثال آن مشهود است.

بنابراین، خلأ برنامه راهبردی برای گسترش شادی و نشاط در سطح ملی سبب شده است تکالیف، وظایف و مسئولیت های همه دستگاه ها و از جمله رسانه ملی مشخص نشود و به تبع آن، به خواست و مطالبه عمومی تبدیل شود و رسانه هم اگر دراین باره فعالیتی نکرد، مؤاخذه نشود. همچنین به دلیل حجم مسئولیت های رسانه ملی در حوزه های دیگر نیز برنامه ریزان و تصمیم گیران و به تبع آن، برنامه سازان سازمان، از جایگاه، اهمیت و ارزش نشاط و شادی غفلت می کنند.

گذشته از این، وقتی برنامه جامعی درباره نشاط و شادی جامعه نیست، فعالیت هایی که رسانه ملی در این حوزه انجام می دهد به وسیله نهادها و مراکز دیگر در سطح جامعه خنثی می شود و تأثیرهای دلخواه و پیش بینی شده آن، فرصت بروز و ظهور نمی یابد.

رسانه ملی در سال های پس از جنگ تحمیلی و حتی هنگام آن، باید به صورتی جدّی به این موضوع توجه می کرد و برای شادی و نشاط فردی و اجتماعی، به صورت مفصل برنامه ریزی می کرد، ولی متأسفانه نبود برنامه

منسجم و راهبردی سبب شد این ضرورت اجتماعی به صورت جسته و گریخته در مواقعی خاص دنبال شود و نتواند تأثیر مشهودی در روحیه فردی و جمعی ایرانیان بگذارد.

اینکه از ضرورت یک برنامه راهبردی در موضوع شادی و نشاط در رسانه ملی سخن می گوییم، تنها الزام های مربوط به حوزه جامعه را شامل نمی شود، بلکه این الزام ها، دایره ای گسترده تر به خود می گیرد. برای مثال، نبود برنامه راهبردی در سازمان رسانه ای مانند صدا و سیما که دارای شبکه های گوناگون و بسیار است، سبب می شود نقش ها و وظایف به فراموشی سپرده شوند یا تأثیر برنامه ها و شبکه ها به وسیله شبکه یا برنامه دیگر نقض و خنثی شود یا در مدیریت پیام، تناقض و تنافر محتوایی زیاد رخ دهد یا حتی برنامه سازان در حوزه تعیین و تولید و انتشار پیام با ابهام ها و احتیاط هایی روبه رو شوند که آنها را وادار کند از وارد شدن به موضوع های شادی آفرین و نشاط آور دست بکشند یا حتی تصمیم گیران هم نتوانند برنامه ریزی و نظارت کنند. بنابراین، نقش پررنگ برنامه های راهبردی در تعیین مسیر حرکت سازمان برای افزایش سهم خود در شاد و بانشاط نگه داشتن جامعه، بسیار مهم و حیاتی است؛ اصلی که از آن غافل بوده ایم.

ب) احساس نشدن ضرورت شادی و نشاط در رسانه ملی

ب) احساس نشدن ضرورت شادی و نشاط در رسانه ملی

نمی توان ضعف در حوزه برنامه ریزی را دلیل بر کاستی ها و ضعف ها برشمرد؛ چه بسیار فعالیت ها که ممکن است هیچ برنامه مفصل و اجمالی برای آنها تدوین و پیش بینی نشده است، ولی چون ضرورت آن احساس شده یا مطالبه ای نسبت به آن وجود داشته است، به مرحله عمل و اجرا رسیده است.

به نظر می‌رسد بخشی از سستی ها در پرداختن فراگیر به موضوع شادی و نشاط، ناشی از درک نشدن اهمیت، جایگاه و نقش شادی و نشاط در همه حوزه های زندگی و حیات انسانی به وسیله برنامه سازان، برنامه ریزان و تصمیم گیرندگان سازمان است. سایه سنگین مسائل اولویت‌دار دیگری که در سازمان احساس می شود و البته در جای خود مهم و حیاتی اند، حجم گسترده ای از مباحثی همچون سیاسی، اقتصادی، ورزشی، اجتماعی، فرهنگی و تاریخی و همچنین اولویت هایی که از حوزه های مختلف تشخیص، برای سازمان تعیین می‌شوند که بخش بسیار بزرگ آنها خود جامعه است، سبب شده است موضوع های اجتماعی و فرهنگی مانند نشاط و شادی، در برنامه ریزی ها و تصمیم گیری ها و برنامه سازی ها، فرصت بروز و ظهور نیابند.

رسیدن به این باور که بسیاری از آسیب های روانی افراد و ناهنجاری های اجتماعی به صورت مستقیم و غیرمستقیم به ضمیر و روان ناشاد و بی نشاط انسان ها و جامعه باز می گردد و اعتقاد به مزیت ها و دستاوردهای بزرگ شادی که در شرایط امروزی جامعه، هر فرد و در مجموع، جامعه از دست می دهد، آسان به دست نمی‌آید. ازاین رو، توجیه تصمیم‌گیران و برنامه سازان رسانه ملی و افزایش آگاهی های ایشان در پدیده هایی همچون شادی، نخستین گام در گسترش شادی و نشاط در برنامه های رسانه ملی است؛ کاری که سبب می شود احساس نیاز به شادی و نشاط اجتماعی، برنامه ریزان و برنامه سازان این رسانه را خود به خود به این سو هدایت و تشویق کند. این کار مستلزم استفاده از روش های آموزشی، جلسات توجیهی، نشست های تخصصی و فراگیر کردن موضوع در میان نویسندگان، سردبیران، تهیه کنندگان

و کارگردانان و همچنین رده های مـدیریتی سازمان است تا به این وسـیله بتوان ضـرورت های اجتناب ناپذیر گسترش شادی و نشاط در جامعه را برای آنان ملموس و الزام آور کرد.

ج) بی میلی برنامه سازان نسبت به شادی و نشاط

ج) بی میلی برنامه سازان نسبت به شادی و نشاط

در جامعه ایرانی، به دلایل تاریخی، فرهنگی و اجتماعی و نیز با توجه به شرایط زندگی، شاید یکی از مشکل ترین کارها، شاد کردن و خنداندن دیگران باشد؛ یعنی همان گونه که بیش از این نیز درباره آن سخن گفتیم، بر خلاف آستانه غم و اندوه، آستانه شادی در جامعه کنونی ما بسیار بالاست و همین عامل روانی ـ اجتماعی سبب می شود شاد کردن مردم کار دشواری باشد. گذشته از این، موضوع طنز در رسانه های صوتی و تصویری، ماهیتی پیچیده و چند بعدی دارد که تولید آن را هم با زحمت زیاد همراه کرده است. همچنین توان فکری و تأمل نظری روی ایده ها، طرح ها و فیلم نامه هایی که برای شاد نگه داشتن جامعه تهیه می شود، بسیار زیاد است و در مراحل تولید برنامه هایی با این ویژگی نیز هزینه های زمانی، مالی و انسانی زیادی را باید صرف کرد، درحالی که گاه محصول کار با انتظارات و هزینه های صورت گرفته تناسبی ندارد. به این مجموعه، باید این نکته را نیز افزود که حساسیت های جامعه روی برنامه های طنز و شاد، زیادتر از برنامه های معمولی است؛ زیرا افراد بیشتری از سطوح مختلف، مخاطبان این نوع برنامه ها هستند و هرکس نیز انتظارات خاص خود را از این نوع برنامه ها دارد. ازاین رو، بدیهی است طیف هایی از این مخاطب، همواره ناراضی باشند. از نگاهی دیگر، به دلیل تأثیرگذاری و پرمخاطب بودن این نوع برنامه ها و تأثیرهایی که به صورت مستقیم یا غیر مستقیم بر افکار، نگرش ها و

ص:۲۱۸

رفتار دارنـد، منتقـدان نیز بیشتر به نقد و بررسـی آنها تمایل نشان می دهند و به صورت دقیق و موشـکافانه، آنها را بررسـی می کنند.

همه این عوامل و برخی دغدغه های فرهنگی و محدودیت هایی که برخی بجا و برخی حاصل ذوق و سـلیقه شخصـی تصـمیم گیران سازمان است، دست به دست هم می‌دهد و سبب می شود برنامه سازان ترجیح دهند در ژانرها و قالب های برنامه سازی دیگر، تـوان خـود را بیازماینـد و در این راه هیـچ محـدودیتی نداشـته باشـند، به گونه ای که نه دغـدغه هـا و محـدودیت هـای فرهنگی، آنها را می آزارد، نه زحمت های طاقت فرسا در تـدوین طرح و فیلم نامه و نه سـختی ها و رنـج های مراحل تولید را دارند؛ نه خود را در معرض نقد صاحب‌نظران زیادی می گذارند و نه نسبت به نتایج کار و تأثیرهای آن در جامعه، نگرانی ای پیدا می کنند.

د) انفعال در پرداختن مقطعی به شادی و نشاط

د) انفعال در پرداختن مقطعی به شادی و نشاط

شایـد بتوان دلیـل این آسـیب را همان نداشـتن برنامه برای تزریق شادی و نشاط مسـتمر به جامعه از سوی سازمان صـدا وسـیما دانست، ولی به هر حـال، این پدیـده مهمی است که رسـانه ملی همواره در ایجـاد فضاهـای شاد و آفرینش لحظه های بانشاط، فعـال نبوده و بیشتر تـابع متغیرهـایی دیگر است؛ متغیرهـایی ماننـد رفتـار و نگرش مردم در جـامعه، انتظـار نخبگـان و نهادهـای صاحب نفوذ و قدرت، ذوق و سـلیقه برخی مدیران و تصمیم گیران سازمان و مانند آن. این انفعال حتی به نوع برنامه های شاد هم سـرایت کرده است. به نظر نویسـنده، اینکه رسـانه ملی برای ایـام شاد مـذهبی، دوربینی را در یک جشن محفلی بگـذارد و همان مجلس را با همان اقتضائات و شـرایط، به همه مخاطبان خود تحویل دهد، جز انفعال و فقر برنامه و نادیده انگاشتن انتظار و ذایقه مخاطب

و نیز نشناختن ماهیت رسانه و کیفیت تأثیر آن معنایی ندارد. همین انفعال، در اجزای دیگر برنامه سازی سازمان نیز نمود و بروز دارد؛ اینکه رسانه و برنامه سازان منتظر مناسبت ها و روزهای شاد سال می مانند تا بهانه ای برای شاد کردن برنامه ها داشته باشند، نوعی انفعال است. به نظر می رسد این اصل که همه مخاطبان باید شاد ی آور و نشاط‌آفرین باشند، مگر آنکه دلیلی بر خلاف آن باشد، به عکس آن تبدیل شده است.

این انفعال محصول دلایل بسیاری است که بر طرف کردن برخی از آنها در توان و اختیار رسانه ملی است و بخشی دیگر، از اراده و توان رسانه و تصمیم گیران آن خارج است و به برخی هنجارهای فرهنگی، اجتماعی، سیاسی و مانند آن بازمی گردد.

ه) نبود مدلی برای برنامه های شاد

ه) نبود مدلی برای برنامه های شاد

اگر فرض را بر آن بگذاریم که برنامه ای راهبردی برای شادی و نشاط در رسانه ملی وجود داشت و توان، اراده و انگیزه لازم هم در برنامه سازان این دستگاه بزرگ رسانه ای بود، شاید باز هم انتظارها و نیازهای جامعه از رسانه درباره شادی و نشاط، محقق نمی شد؛ زیرا در کنار همه این موارد، وجود الگوها و مدل هایی برای تولید و پخش برنامه های شاد لازم است. به یقین می توان گفت تاکنون مدل و الگویی که بتوان بر اساس آن به تولید برنامه های شاد در رسانه ملی دست یافت، معرفی نشده است. البته برخی تلاش ها و نوآوری های پراکنده فردی را در این زمینه نمی توان انکار کرد، ولی هنوز مدل قابل تعمیم و مورد وفاقی که بتواند فراگیر باشد، معرفی نشده است. این کاستی تنها در رسانه ملی نیست، بلکه در سطح جامعه ما نیز مدل و الگوهایی برای شادی های فردی و جمعی تولید و معرفی نشده است. همین

موضوع نیز دست رسانه ملی را می‌بندد؛ زیرا هرگونه نوآوری و بدعتی می تواند اعتراض طیفی از افراد جامعه را برانگیزد. ازاین رو، رسانه ترجیح می دهد از کنار این موضوع بگذرد.

وقتی به رسانه های مشابه جهانی نظری اجمالی می افکنیم، می بینیم رسانه های دیگر کشورها، بازتابی از حقیقت شادی در اجتماع است. در جوامعی که میزان شادی و نشاط اجتماعی مردمان آنان بالاست، رسانه برای پرداختن به شادی و نشاط، کمتر دچار تنگدستی مفهومی و مصداقی است؛ زیرا شادی و نشاط در آن جوامع نهادینه شده، مدل و الگوهای گوناگونی برای آن تولید شده و حتی روزها و ساعت های بسیاری برای آن تعیین شده است آنها بهانه های مختلفی بر اساس فرهنگ خویش برای این موضوع فراهم کرده اند که بازتاب همین شادی ها در رسانه، خود، به گسترش فضای شاد جامعه کمک می کند. آنچه در جامعه امروز خود با آن روبه رو هستیم، فقر مدل و الگو برای شادی اجتماعی است که سبب می شود این فقر در رسانه ملی هم مشهود باشد. اگر از این فقر الگویی بگذریم، باید به این نکته توجه کنیم که اگر رسانه هم برای ایجاد الگوی رسانه‌ای توسعه شادی و نشاط اجتماعی، تدبیری نیندیشیده است، به دلیل آن است که زیرساخت های مفهومی این موضوع باید در جای دیگری تبیین و تحلیل شود که هنوز چنین کاری صورت نگرفته است.

به راستی شادی و نشاط در فرهنگ اسلامی ــ ایرانی ما چه جایگاهی دارد؟ حریم های شرعی، عرفی و عقلی آن کدام است؟ چگونه می توان شادی های مطلوب اجتماعی را سامان داد که کمترین آسیب ها را داشته باشند؟ ده ها پرسش از این دست، مواردی است که باید نهادهای فرهنگی

مسئول، ابتدا به پاسخ آن برسند و سپس از محصول کار آنها، رسانه به تولید الگو و مدل های شادی رسانه ای بپردازد. این آسیب، معلول یک غفلت دیگر است که امید است در جای خود به آن پرداخته شود.

و) ابهام در حدود شرعی، عقلی و عرفی شادی و نشاط

و) ابهام در حدود شرعی، عقلی و عرفی شادی و نشاط

وقتی خود را در نقش مدیر یک گروه برنامه ساز یا حتی یک شبکه تلویزیونی می بینیم یا خود را در جای یک تولیدکننده یا نویسنده برنامه فرض می کنیم و می خواهیم برای شادی و نشاط جامعه خود، برنامه ای بانشاط و شادی افزا تولید کنیم، بدیهی‌ترین و نخستین نکته ای که ذهن ما را به خود مشغول خواهد کرد، این است که حریم ها و محدودیت ها چیست؟ دست ما تا کجا باز خواهد بود؟ حدود شرعی مسئله چیست؟ مرزهای عقلی پرداختن به این موضوع کجاست و عرف چه چیزهایی را از ما نمی پذیرد؟ برداشت های مختلف عرفی در جامعه چه محدودیت هایی را به ما تحمیل می کند؟ ذی نفعان سازمان رسانه‌ای از ما چه توقعی دارند و چه چیزی برای آنها مطلوب نیست؟

هنگامی که فیلم نامه نویس دست به قلم می‌برد، در واقع، گذشته از آنکه باید با اصل موضوع که ایجاد لحظه های شاد و نشاط آور است، دست و پنجه ذهنی نرم کند، این پرسش ها و ابهام های بسیار نیز ذهن او را درگیر خود می کند و گاه ابهام های موجود در این سه بعد شرعی، عقلی و عرفی، او را تا سرحد انصراف رنج می دهد.

وظیفه یک رسانه که به تولید و توزیع گسترده پیام می پردازد، این نیست که به تبیین و شفاف کردن این حریم ها و مرزها بپردازد. بلکه، این کار در جایی دیگر باید صورت بگیرد. حوزه های علمیه، نهادهای پژوهشی، فرهنگی

و علمی در درون و بیرون از حاکمیت باید برای سهولت توسعه برخی مفاهیم همچون شادی در جامعه کمر همت ببندند و یک بار برای همیشه تکلیف آنها را روشن کنند و دامن این مفاهیم را از ابهام و برداشت های متفاوت و گاه متناقض بزدایند. تا این مهم اتفاق نیفتد و برداشت ها از مفهوم و مصداق شادی و نشاط به هم نزدیک نشود، همچنان ابهام ها و پرسش ها، همه حوزه های تبلیغی را آزار خواهد داد. در غیر این صورت، نمی توان دستگاه بزرگ تبلیغی کشور را با همه دغدغه ها و مسئولیت هایش در این حوزه مقصر دانست.

ز) محدودیت های تعریف نشده

ز) محدودیت های تعریف نشده

رسانه ملی امروزه، نه در موضوع شادی و نشاط، بلکه در حوزه های مختلفی همچون موسیقی، تصویر، طنز و مانند آن، با مشکلاتی روبه روست که به صورت متغیرهای اصلی، تأثیرهای زیادی در کیفیت و کمیت عملکردش نهاده است. از یک سو، مواردی همچون نیاز روزافزون مخاطبان، ذایقه و سلیقه بسیار متنوع آنها و انواع جذابیت های کاذب رسانه های رقیب سبب شده است رسانه ملی برای از دست ندادن مخاطبان و بلکه افزایش آنها و حفظ اعتماد و ارتباط آنها با خود، با توانی حداکثری و با بسیج همه منابع و امکانات، نقشی بی بدیل ایفا کند. از سوی دیگر، حجم محدودیت های تعریف نشده به ویژه در حوزه های پیش گفته سبب شده است بخشی از ظرفیت های ممکن رسانه فرصت بروز و ظهور نیابد.

کسانی که از نزدیک با حوزه برنامه‌سازی در سازمان آشنا هستند، می دانند در یک برنامه شاد، انواع تذکرها، نصیحت ها و نظرهای منفی که ممکن است مدیران شبکه، گروه یا حتی خود برنامه ساز را درباره یک آیتم یا یک برنامه

بیازارد، آن قدر زیاد و گسترده است که گاه باید زمان های زیادی را برای توجیه و حل و فصل موضوع صرف کند. گاهی نیز نهادها و مراکز صاحب نفوذ و تأثیر در حوزه فرهنگی، مذهبی و سیاسی به این مناقشه ها دامن می زنند. البته این محدودیت ها سبب می‌شود همه ظرفیت هـای فکری و خلاقـانه تهیه کننـدگان، کارگردانان و نویسـندگان برنامه ها به فعلیت نرسـد و به تبع، ظرفیت های رسانه ملی بدون اسـتفاده بماند. مبارزه با این محدودیت ها تنها آگاهی‌بخشی و تغییر نگرش به موضوع است و به یقین، زمان بر و هزینه بر است، ولی کاری است که بایـد دسـتگاه های فرهنگی به ویژه خود رسانه ملی که مسـتقیم با آن روبه روست، به آن بپردازد و این محـدودیت ها را که نه پایگاهی اسـلامی و دینی دارد و نه مبنای عقلی و عرفی، به حـداقل ممکن کاهش دهد.

ح) کمبود نیروی انسانی توان مند

ح) کمبود نیروی انسانی توان مند

به تعبیر اصحاب رسانه، یکی از سخت ترین ژانرهای هنری، ژانرهای کمدی یا شادی آفرین است. این موضوع می تواند دلایل مختلف داشـته باشـد. شایـد یکی از آنهـا، پیچیـده تر بودن دسـتگاه روانی انسان و آسـتانه بالای تحریک پـذیری آن در مقابل محرک هـای شادی آفرین باشـد که سـبب می شود دیرتر از محرک های دیگر به آن پاسـخ دهـد. چنان که پیش تر نیز به آن اشاره شـد، فرهنگ عمومی جامعه ما که ریشه در تاریخ و تمدن ایرانی دارد، ذایقه ای ناشاد برای ما شـکل داده است که گذر از این ذایقه غم آلود و شاد کردن روحیه اجتماعی ما کار دشواری است. باید به این دو احتمال، این را هم بیفزاییم که رهاندن انسان از این دغدغه های ذهنی و سـختی ها و دشواری ها، با توجه به پیچیده بودن زندگی انسان امروزی که در احاطه بسیاری از مشکلات گریزناپذیر و متغیرهای متنوع

اجتماعی، سیاسی، اقتصادی و فرهنگی گرفتار آمده است، کار آسانی نیست. ازاین رو، تولید ژانرهای کمدی و شادی آفرین برای مخاطب ایرانی، کار دشوار و پیچیده ای است و این پیچیدگی اقتضای آن را دارد که مهارت، دانش و تجربه نیروی انسانی مرتبط با آن که قصد دارد در این وادی گام نهد، زیاد باشد، درحالی که چنین نیروی انسانی توانایی، کمتر پیدا می شود. پس کمبود نیروی انسانی توانا را نیز باید به مجموعه آسیب های شادی و نشاط در رسانه ملی بیفزاییم. البته کمبود این نیروی توانمند و متخصص در حوزه نویسندگی متن های مناسب نمایشی و غیر نمایشی، همچنین کارگردانان و بازیگران توانمند بیشتر نمود و بروز دارد تا حوزه های دیگر تهیه و تولید برنامه های شاد. به همین دلیل، جز اندکی از افراد که وارد این حوزه، یعنی طنز و سرگرمی و برنامه های شاد شده‌اند، بقیه نتوانسته اند رضایت مخاطبان و اصحاب رسانه را جلب کنند.

ط) نبود استمرار و پیوستگی

ط) نبود استمرار و پیوستگی

نهادینه شدن شادی و نشاط در جامعه نیازمند تکرار، پیوستگی و استمرار جریان‌های شادی‌بخش و نشاط‌آفرین در جامعه است. اگر در رسانه ملی، فعالیت های خوبی درباره شادی و نشاط صورت گرفته است، ولی اشکال بزرگ، نبود پیوستگی این جریان در رسانه ملی و شبکه هاست. شعار رسانه ملی باید شادی و نشاط در همه زمان ها و همه برنامه ها و همه شبکه ها باشد، مگر آنکه دلیل خاصی آن را محدود کند. اگر این رویکرد در رسانه ملی وجود داشته باشد، این رسانه قادر خواهد بود با استمرار و پیوستگی در تزریق شادی و نشاط در جامعه به سوی نهادینه شدن آن گام بردارد.

ص:۲۲۵

ی) نوع نگرش به برنامه های شادی بخش و نشاط آفرین

ی) نوع نگرش به برنامه های شادی بخش و نشاط آفرین

نوعی نگـاه در رسـانه ملی حاکـم است مبنی بر اینکه وقتی گفته می شود بایـد شادی و نشاط در برنامه ها افزایش یابـد، ذهن‌ها همه متوجه تولیـد برنـامه هـایی بـا رویکرد شـادی و طنز می شود، آن هم تنهـا در قالب های نمایشـی. همین نگاه حـداکثری و کمبودها و مشـکلات بسـیار در راه رسـیدن به آن، سـبب می شود تولیـد این گونه برنامه تنها در برخی شـبکه ها ممکن باشـد. ازاین رو، باید توجه کرد که برنامه شاد، تنها به قالب های نمایشـی مانند فیلم و سریال محدود نمی شود. همچنین وجود شادی و نشاط در یک برنامه امری نسبی است، به گونه ای که می توانـد سـرتاپای یک برنامه دربردارنـده نوعی شادی و نشاط و طنز باشد و در کل رویکرد آن برنامه همین موضوع باشد و می تواند بخشی از یک برنامه، حتی آیتمی از یک برنامه، شادی‌آور و نشاط انگیز باشـد. چه بسا در برنامه ای که در حال طرح یک موضوع اجتماعی، سیاسـی یا فرهنگی است، گنجاندن یک آیتم طنز یـا شـادی آور که در قـالب آن برنـامه حرف جـدی نیز زده می شود، تأثیرگـذارتر و البته شادی آورتر باشـد تا بیان آن در قالب های مرسوم جدّی و کلاسـیک. هیچ فکر کرده ایم چرا انیمیشن های راهنمایی و رانندگی در برهه ای این همه محبوبیت داشت و مفاهیم مورد نظر طراحان آن به خوبی در جامعه جا افتاد و نهادینه شـد؟ در پاسخ باید گفت به دلیل آنکه زبان طنز و اسـتفاده از جنبه هـای دیگر بلاـغت تصویری سـبب شـد این مفـاهیم بـا اقبال روبه رو شود و همه طیف های سـنی جامعه با آن ارتباط برقرار کنند.

گذشـته از این، حتی اگر برنامه ای قابلیت و اسـتعداد در آمـدن به زبان طنز را نـدارد، باید به این اندیشـید که در کدام یک از اجزای برنامه می توان عنصر شادی‌آور و نشاط‌آفرین تزریق کرد: در آیتم های بین برنامه ای، در رنگ، نور،

گرافیک، صفحه آرایی، موسیقی یا صدا؟ پاسخ این است هرجا که این امکان فراهم است، باید از آن دریغ نکرد.

ک) نبود توازن در پرداختن به موضوع های مختلف

ک) نبود توازن در پرداختن به موضوع های مختلف

توجه به برخی موضوع ها مانند مباحث سیاسی، سبب شده است رسانه ملی نتواند ضمن اولویت بندی مباحث مطرح در حوزه های فرهنگی، مذهبی و اجتماعی، به صورتی متعادل به همه آنها بپردازد. البته این برداشت عرفی است، نه مبتنی بر تحقیق علمی و روشمند تا بتوان با قطعیت نسبت پرداختن به این موضوع ها را به صورت دقیق روشن کرد، ولی در یک قضاوت معمولی و عرفی می توان مشاهده کرد که حجم مطالب و برنامه هایی که به ویژه در حوزه سیاسی از رسانه ملی پخش می شود، بیش از مباحث فرهنگی و اجتماعی است. روشن است این تبعیض موضوعی و بی‌توجهی به مسائل فرهنگی و اجتماعی، ناشی از نگاه حوزه های برنامه ریز و تصمیم گیر سازمان است و در ترکیب افراد، شبکه‌ها و ساختار سازمان صدا و سیما مشهود است. ازاین رو، سازمان به یک تحول بنیادین در رویکرد فرهنگی خود نیاز دارد و این تحول باید در همه ابعاد سازمانی حتی نیروهای انسانی تصمیم ساز و تصمیم گیر، ساختار و مانند آن صورت گیرد تا ماهیت سازمان را به یک رسانه اجتماعی و فرهنگی متمایل سازد. اگر اکنون مشاهده می کنیم در ساختار سازمان، معاون سیاسی هست، ولی از معاون فرهنگی یا اجتماعی خبری نیست، ناشی از نادیده گرفتن رسالت اولیه سازمانی و تعادل و توازن نداشتن در توجه به حوزه های مختلف حیات جامعه است و تا این نگاه و توجه تغییر نکند، به بهبودی وضعیت مباحث مهم فرهنگی همچون شادی در رسانه ملی امیدی نخواهد بود.

ص:۲۲۷

ل) اثرپذیری و الگوبرداری غیرحرفه ای از رسانه های رقیب

ل) اثرپذیری و الگوبرداری غیرحرفه ای از رسانه های رقیب

گذشته از آنکه رسانه ملی به دلایل مختلف نتوانسته است در تولید برنامه های شاد، الگویی موفق و جذاب معرفی کند که البته این کاستی در شئون دیگر فرهنگی و اجتماعی ما هم نمود دارد، در رویکردی واپس‌گرایانه و تأسف انگیز، نتوانسته است راه را بر تقلید و نسخه برداری ناشیانه برنامه سازان از برنامه های خارجی نیز ببندد. می توان فراوان دید برنامه هایی را که از رسانه های خارجی و شبکه های ماهواره ای برای مخاطبان ایرانی کپی برداری می شوند و گاه حتی برنامه ساز یا ناظران هم به خود زحمت نمی دهند این آثار را از نظر شکل و محتوا بررسی کنند تا میزان انطباق آنها را با معیارهای موجود جامعه، فرهنگ و سنت های بومی بسنجند و پی آمدهای مخرب و جبران ناپذیر آنها را بررسی کنند. گاه تقلید کامل از این نوع برنامه ها به اندازه ای است که حتی رنگ، نورپردازی، اِلمان ها و نمادهای تصویری، اجزا و آیتم های برنامه را نیز شامل می شود و کاملاً منطبق با نسخه اصلی است و حتی در بدیهی ترین اجزا برنامه ها هم برای بومی سازی آنها کوششی نشده است. این شیوه از الگوبرداری سبب شده است تا با دست خود راه را برای رسوخ و نفوذ آثار این نوع برنامه ها بر ذهن و روان افراد جامعه باز کنیم؛ برنامه هایی که بر اساس یک فلسفه سکولاریستی یا لیبرالیستی شکل گرفته اند و ماهیت آن ها، ترویج مفاهیم و هنجارهای غیر الهی و بشری است. خسارت دیگر این تقلید آن است که برنامه سازان را برای یافتن ایده های نو برای برنامه های شاد به تکاپوی فکری وا نمی دارد و این تقلید به صورت مستمر برای آنان کم هزینه تر و روان تر خواهد بود.

ص:۲۲۸

م) بیرونی نبودن ارزیابی و نظارت

م) بیرونی نبودن ارزیابی و نظارت

از اصول پـذیرفته شـده در مـدیریت سازمـان هـا و نهـاد هـا، فعالیت ها و عملکردها، نظارت و ارزیابی های مستمر برای پایش فعـالیت هـا، عملکردها و رفتارهاست تا ببینیم چه انـدازه این موارد در مسیر تحقق هـدف های تعیین شـده بوده و تا چه انـدازه انتظـارات و خواسـته هـا را برآورده کرده است. توجه برنـامه ریزان در حوزه های مختلف حتی در یک پروژه و طرح کوچک آن است که برای واقعی بودن ارزیـابی هـا و نظـارت هـا، فرد یـا نهاد و ناظر یا ارزیاب غیر از مجری و عامل اجرای کار باشـد؛ زیرا تنها در این صورت می توانـد قضاوتی منصـفانه داشـته باشد. متأسـفانه درباره رسانه ملی ما چنین جایگاه رسـمی و قانونی تعریف نشـده است؛ یعنی هیـچ نهـاد بیرونی بر فعـالیت ها، برنامه های این سازمان بزرگ رسانه ای نظارت و ارزیابی مسـتمر و نظام مندی ندارد. برای پر کردن این خلأ، سازمان صدا وسـیما در سال های گذشـته همواره به فربه کردن و پیچیده و چند لایه کردن فراینـد نظـارت هـای پیش، هنگام و پس از تولیـد و پخش روی آورده و فرآینـدها و ساختارهایی را نیز پیش بینی کرده است، ولی به یقین هیچ یک از این تدبیرها به اندازه یک مرکز نظارتی و ارزیابی کننده بیرونی نمی تواند تأثیر داشته باشد.

وقـتی یـک سـریال موفـق ــ بـه صـورت نسـبی ــ پخش می شـود، جلسـه ای گرفته می شـود و مزایـا و ویژگی هـای مثبت آن برشـمرده می شود و عوامـل آن جـایزه می گیرنـد و تشویق می شونـد. اگر نگوییم گـاه این عمـل متنـاقض بـا برداشت مردم یا نخبگـان از رسـانه ملی است، دست کم می توانیم بگوییم این عمـل از دیـدگاه مخاطب رسانه ملی کمی جنبه شوخی پیـدا می کند مبنی بر اینکه خود تولید می کند، خود ارزیابی می کند و خود هم به تشویق خود می پردازد. از همین مورد

کوچک گرفته تا نظارت های کلان بر برنامه های کلان و بلندمدت و میزان تأثیر آنها بر مخاطبان یا میزان انطباق عملکردها و سیاست ها که بایـد دقت، ارزیابی و نظارت بر آنها را در دستور کار قرار داد، در هیچ مرکز بیرونی و نهادهای خارج از رسانه ملی، این نظارت انجام نمی شود و همین سبب می شود رسانه ملی از موهبت این ارزیابی عملکرد بیرونی محروم بماند.

ل) بی توجهی به حضور نخبگان و کارشناسان در تصمیم گیری، برنامه ریزی و برنامه سازی

ل) بی توجهی به حضور نخبگان و کارشناسان در تصمیم گیری، برنامه ریزی و برنامه سازی

در دنیای امروز که با پیشرفت دانش، علم و تجربه بشر، بسیاری از علت ها و عوامل انگیزش عاطفی، عقلی و رفتاری انسان کشف و به وسیله آگاهی داشتن به این عوامل برای تحریک عقلی، عاطفی یا رفتاری انسان ها، سفارش های علمی خاص می شود یا از سویی، رفتار جمعی جامعه تجزیه و تحلیل و درباره برخی محرک های فردی و جمعی پیش بینی هایی می شود، حرکت بر مبنای تصمیمات سازمانی و در نظر نداشتن نقش و جایگاه علم در تصمیم سازی ها و برنامه ریزی ها، بزرگ ترین غفلتی است که می تواند در سازمان ها صورت گیرد. البته این غفلت در سازمان های رسانه ای، گناهی نابخشودنی است؛ زیرا به صورت مستقیم با افکار، عقاید، عواطف، احساسات و رفتار انسان به عنوان یک موجود پیچیده طرف هستیم و اگر بخواهیم ضریب نفوذ خود را در انسان که هر فردش با دیگری در خلق وخو، روحیات و ذهنیات و رفتار متفاوت است، بالاتر ببریم، باید به دو مسئله توجه کنیم:

۱. روش خالق او در تربیتش که چگونه و با استفاده از چه شیوه هایی کوشیده است تا سعادت او را تأمین کند و همچنین روش ها و شیوه هایی که انبیای الهی برای هدایت و تکامل این انسان به کار بردند.

۲. استفاده از دستاوردهای علمی و نتایج علوم در خدمت تصمیم گیری ها و تصمیم سازی ها و برنامه ریزی هایی که برای تأثیر و نفوذ بر انسان و جامعه فراهم می شود.

خلأ هریک از این دو امر می تواند آغاز دوباره مسیر آزمون و خطا و حرکت بر اساس سلیقه ها و ذهنیات شخصی و گروهی باشد. بنابراین، رسانه ملی به عنوان دستگاهی که برای تأثیر و تغییر ذهن، قلب و رفتار مردم رسالت یافته است و برای اصلاح فرد و جامعه می کوشد، نمی تواند نسبت به حضور و استفاده حداکثری از کارشناسان، صاحب نظران و نخبگان حوزه های تخصص خود، اهمال نشان دهد. متأسفانه این اهمال و کاستی در موضوع شادی و نشاط و همه موضوع های روانی و اجتماعی، در رسانه ملی به روشنی دیده می شود.

۲. توان مندی های بالفعل و بالقوه رسانه در پرداختن به شادی و نشاط

۲. توان مندی های بالفعل و بالقوه رسانه در پرداختن به شادی و نشاط

رسانه ها اعم از سنتی و مدرن، چهار کارکرد اصلی دارند: کارکرد شادی، کارکرد آموزشی، کارکرد اطلاع رسانی و کارکرد سرگرمی. چنانچه اعتقاد پستمن را قبول نداشته باشیم که می گوید ماهیت تلویزیون با خوشی و سرگرمی، نسبت نزدیکی دارد و اگر زبان سرگرمی را از تلویزیون بگیریم، ماهیت خود را از دست می دهد، دست کم باید بگوییم به دلایلی، اکنون یکی از مهم ترین کارکردهای تلویزیون در عصر ارتباطات و اطلاعات، تفریح و سرگرمی است. از جمله آن دلایل این است که سرعت سرسام آور زندگی انسان و پیچیدگی های آن، فرصت ها را برای تفریح و سرگرمی از انسان گرفته است و البته این فرصت یا هزینه های تولید شادی و تفریح برای او هزینه های معمولی نیست که به آن تن دهد

ص:۲۳۱

. ازاین رو، تنهـا منبعی که می توانـد شادی و نشاط ارزان را برای او به ارمغان آورد، رسانه ها و در رأس همه، تلویزیون است. بنـابراین، می توان گفت برای مخاطبـان رسـانه ای ماننـد تلویزیون، تـأمین حـداکثری نشاط، شادی و تفریـح، انتظاری است که برآمـده از شـرایط عصـر ارتباطـات و اطلاعـات اسـت. دیگر آنکه زنـدگی بشـر امروز در ازدحـام و تراکم تنش هـا، تضادهـا، برخوردهـا و کشـمکش هـا، در حال جان باختن است. حجم گسترده ای از روابطی که به صورت ناخودآگاه به تزاحم و تضاد می انجامـد، سـختی دست یـابی به حقـوق و تنـازعی که در این راه بر هر فرد تحمیـل می شـود و انواع برخوردهـای مسـتقیم و غیرمسـتقیم بـا انسـان ها، محیط و طبیعت، سـبب شـده است آرامش روانی انسان از بین برود و همین ناامنی روانی بر همه جنبه هـای زنـدگی عقلانـی یـا احساسـی او تـأثیر منفی گـذارد. ازایـن رو، تنهـا راه برای بازیـابی این آرامش روحی، قرارگرفتن در فضایی است که بتوانـد از دغـدغه های ذهنی و روحی موجود فاصـله بگیرد و توان تحلیل رفته ذهنی و عاطفی خود را بازیابد. در این میان، رسانه های جمعی و از همه مهم تر، تلویزیون می تواند نقش انکارناپذیری ایفا کند.

بر اساس این دو نگرش، به خوبی می توان دریافت که کارکرد شادی و تفریـح در رسانه های امروزی تا چه اندازه ضـروری و بـااهمیت است. ازاین رو، بـا توجه به این نیاز موجود در فرد یا جامعه، اگر یک تحقیق پیمایشـی درباره شـبکه ها و کانال های قابـل دسترسـی انجـام دهیم، خواهیم دیـد مخاطبـان این شـبکه ها و برنامه ها با دیگر شـبکه ها و برنامه ها قابل مقایسه نیسـتند. اکنون حتی اگر رسانه ها بخواهنـد در محیط رقابتی متراکم امروز، مخاطبانی را به دست آورند یا مخاطبان خود را حفظ کنند، ناچارند به این نیاز آنها احترام گذارند و برای برآورده کردن این خواسته هایشان برنامه ریزی کنند. بنابراین،

باید به زمینه فراهم آمده در عصر رسانه ها برای این دستاورد بشر، به منظور جذب مخاطبان بیشتر، بار دیگر توجه کرد تا این خلأ و نیاز، هر چه زودتر برطرف یا کمتر شود.

جامعه ما نیز همین ظرفیت آماده برای رسانه ها در ایفای کارکرد تفریح، سرگرمی و شادی بیشتر را دارد؛ زیرا با توجه به ویژگی های پیشین و این نکته که جمعیت جوان، درصد قابل توجهی از جمعیت کشور را تشکیل می دهد، می توان نتیجه گرفت که افراد این جامعه، پرتحرک، شاداب و نیازمند شادی، نشاط و تفریح و سرگرمی اند و همین امر می‌تواند بازار به نسبت بزرگی را برای شبکه ها و برنامه های شاد فراهم کند تا رسانه ها در سایه این نیاز مخاطبان بتوانند هدف های خود را نیز پیگیری کنند. فضای برآمده از شرایط سیاسی، اقتصادی و اجتماعی پس از جنگ نیز عطش بی پایانی را برای شادی، نشاط، تفریح و سرگرمی در جامعه ایجاد کرده است که محصول همه سختی ها و مشکلاتی است که جامعه در دوران انقلاب، جنگ و پس از آن به دلایل مختلف تحمل کرده است. این خواسته افزون بر آنکه خود، بهترین فرصت را برای کسانی فراهم می کند که می خواهند با زبان طنز به بیان عقاید خود بپردازند، زمینه ای را برای پرداختن رسانه ها به شادی و نشاط و سرگرمی و تفریح در جامعه ترسیم می کند.

بنابراین، در یک جمع بندی می توان گفت به دلایل زیر، ضرورت پرداختن به شادی و نشاط و تفریح و سرگرمی در رسانه ملی از هر جهت، تردیدناپذیر و مخاطبان این کارکرد رسانه ای به همین دلایل، بیش از هر زمان دیگر بوده است.

کارکرد رسانه ها و مهم بودن تفریح در میان کارکردهای دیگر؛

ص:۲۳۳

حاکمیت شرایط جدید انسان و نیاز او به شادی و نشاط؛

جمعیت جوان و پرتحرک و مخاطبان زیاد این برنامه ها و شبکه ها در کشور؛

شرایط برآمده پس از انقلاب و جنگ تحمیلی در جامعه؛

رسانه های رقیب و استفاده از تمام توان و ابزار خود برای جذب مخاطبان داخلی

در مقابل این ضرورت ها می توان گفت به همین دلیل، جز در حوزه نیروی انسانی، فراهم بودن امکان رسانه ملی برای پرداختن به این مقوله بیش از هر زمان دیگر است. برد رسانه ای گسترده در سطح جغرافیای کشور، تعدد و تنوع شبکه ها و امکانات و تکنولوژی لازم برای تولید برنامه های شادی آفرین و نشاط افزا نیز شرایط و امکانی است که برای رسانه ملی فراهم شده است.

شاید برای مخاطب این نوشته، این پرسش مطرح باشد که رسانه ملی چه ظرفیت ها و قابلیت هایی برای پرداختن به موضوع شادی، نشاط، تفریح و سرگرمی و در حقیقت، تحقق یکی از کارکردهای اصلی خود دارد؟ باید گفت بزرگ ترین سرمایه رسانه ها در عصر ارتباطات و اطلاعات و دنیای صوت و تصویر، مخاطبان آنها هستند. در این تردیدی نیست که اکنون رسانه ملی، تنها سازمان رسانه ای صوتی و تصویری کشور، بی رقیب و دارای مخاطبان گسترده ای است؛ چه این طیف وسیع مخاطبان را مخاطبانی بدانیم که با رغبت و علاقه یکی از مجموعه های شبکه ها را مشاهده و گوش می کنند یا از روی نداشتن قدرت انتخاب. هرکدام باشد، تفاوتی در موضوع بحث ندارد که اینکه افراد یا به دلخواه یا از سر ناچاری، مخاطب رسانه ملی هستند، در هر حال سرمایه این سازمان رسانه ای بزرگ به شمار می آیند.

ص:۲۳۴

این تنها مزیت رسانه ملی نیست. کالبدشکافی این مخاطب نیز نشان می دهد که مزیت های مختلفی در این حوزه برای رسانه ملی متصور است؛ اینکه تنوع این مخاطب بالفعل از کوچک ترین افراد تا بزرگ ترین آنها، اقشار مختلف از نظر جنس مردان و زنان، از نظر اثرگذاری مخاطبان فرهیخته که خود به عنوان مخاطب فعال و اثرگذار مطرحند، از افراد تا گروه ها، خانواده ها، سازمان ها و...، به عنوان شخصیت های حقیقی یا حقوقی و خلاصه مخاطبان گوناگونی هستند که کمتر رسانه ای در جهان ممکن است این تنوع و تکثر مخاطب را داشته باشد.

این ظرفیت بالقوه، به عنوان مهم ترین سرمایه رسانه ملی می تواند در خدمت هرگونه مفهوم قابل عرضه ای از جمله تولید، توزیع و گسترش شادی و نشاط اجتماعی قرار گیرد، ولی چرا این گستردگی و تنوع را باید مزیت و سرمایه بپنداریم؟ برای این منظور باید ببینیم چگونه می توان نسبت به گسترش جریان سازی درباره پدیده ها، وقایع یا آموزش یا تغییر در سطح اجتماعی دست زد. هنگامی که صاحب نظران علوم روان شناسی، جامعه شناسی، مدیریت و مانند آن، درصدد مطالعه راه های ایجاد تغییر افراد هستند، ریشه آن را تغییر در نگرش های فردی می دانند و چنین می گویند که برای تغییر رفتار باید دانش و نگرش فرد تغییر کند تا محصول آن در رفتار فرد مشهود باشد. برای تغییر نگرش ها، لازم است تا هم در اطلاعات و دانش ورودی فرد تأثیر گذاشته شود و هم در احساسات و عواطف او. برای این منظور، لازم است فضای اطراف فرد در یک هم افزایی نسبت به بیان اطلاعات و دانش مناسب برای تغییر در فرد شکل بگیرد.[1] اکنون رسانه ملی

۱- نک: فلورا سلطانی تیرانی، نهادینه کردن نوآوری در سازمان، ص ۱۱.

این امکان را دارد که با دخالت در دانش و عواطف افراد، زمینه را برای تغییرات نگرشی و رفتاری افراد فراهم آورد؛ چون این رسانه هم با افراد، هم با خانواده ها، هم با سازمان ها و نهادها و هم با کلیت جامعه، ارتباط استوار و مستقیمی دارد. بنابراین، می تواند همه ورودی های دانش و اطلاعات افراد را که زمینه پیدایش تغییر است، مدیریت کند.

عنصر دیگری که امروزه برای رسانه ملی، برتری به شمار می آید، تعدد و تنوع شبکه هاست که در دنیا، کمتر سازمان رسانه ای متنوعی همچون صدا و سیما وجود دارد که با بیش از ۱۰۰ شبکه متنوع دیداری، شنیداری و الکترونیک بتواند نیازهای همه ذایقه ها و سلیقه ها را پاسخ گوید. البته گرچه این گستره متنوع مخاطبان یک مزیت به حساب می آید، به همان میزان، بر دشواری پاسخ گویی و رضایت مندی مخاطبان از رسانه می افزاید؛ زیرا به دست آوردن رضایت این طیف گسترده، کار آسانی نیست. اگر به این ویژگی در زمینه شادی و نشاط و تفریح و سرگرمی دقت کنیم، خواهیم دید این مسئله چه پیچیدگی های خاصی دارد؛ شاد نگه داشتن و تولید و توزیع شادی بین کودکان و نوجوانان، ایجاد روحیه شاد و امیدوار بین جوانان، گسترش شادی و نشاط بین نخبگان و فرهیختگان، توجه به گسترش شادی و نشاط در خانواده ها، چگونگی شاد کردن سالمندان و مسائلی از این دست، همه نیازمند مطالعه، برنامه ریزی و تولید برنامه هایی متناسب با این طیف های مختلف است. تنوع فرهنگی در نقاط مختلف کشور و خرده فرهنگ هایی را که هریک برای ما شرایط و اقتضائات جدیدی را به همراه دارد و سبب می شود در تولید برنامه های شاد، به ویژگی های خاص آن فرهنگ نیز توجه کنیم، باید بر این امر بیفزاییم.

ص:۲۳۶

از دیگر داشته های بالفعل رسانه ملی در شرایط فعلی که در اندازه مطالعات نویسنده، بی نظیر می نماید، تجربه برنامه های شاد و مفرح است. از برکات دوران انقلاب، آن است که فضای به وجود آمده ایجاب می کرد کارگردانان، تهیه کنندگان، نویسندگان و در مجموع برنامه سازان، برای انطباق با شرایط جدید برآمده از انقلاب یا به دلیل تازه کار بودن، فرصت آزمون و خطا داشته باشند. این فرصت سبب شد همه کسانی که می پندارند در عرصه تولید برنامه های شاد می توانند فعالیت کنند، ایده ها و تفکرات خود را محک زنند و آنها را بیازمایند. ازاین رو، در سال های گذشته در کنار کارهای ناموفق، برنامه های موفقی نیز تولید و پخش شده اند که پس از گذشت سال ها در حافظه مردم مانده و حتی به خاطره های شیرین تبدیل شده است. چه کارهای موفق و چه کارهای ناموفق، دستاورد بزرگی را به همراه داشته و آن، تجربه تولید برنامه های شاد و حتی مدل هایی است که امروزه قابل تقلید و تکثیر است. این تجربیات و افرادی که در سایه این تجربیات رشد کرده اند، برای رسانه ملی، سرمایه ارزشمندی به حساب می آیند که به نظر نویسنده، در دنیا کمتر رسانه ای از آن بهره مند است. خوب است حال که در اینجا موضوع این سرمایه ها مطرح می شود، توجه مدیران و تصمیم گیران سازمان را به این سرمایه ها و پاس داشت تلاش و حضورشان در رسانه ملی جلب و یادآوری کنم که این تجربیات ارزشمند و انسان هایی که به وسیله این تجربیات به درجه هایی از مهارت و تجربه رسیده اند، دستاوردهای کوچک و ارزان قیمتی نیستند. سازمان باید بتواند از این پتانسیل عظیم و کمیاب بهره مند باشد و با ایجاد حلقه های فکری و اتاق های فکر و ایجاد فرصت های تفکر و حتی برنامه سازی، از این سرمایه ها نهایت بهره را ببرد.

از دیگر مزیت های سازمان که در چند سطر گذشته نیز به تناسب از آن یاد شد، سرمایه نیروی انسانی تربیت شده در سال های گذشته در تولید برنامه های شاد و سرگرم کننده است. به نظر می رسد همان گونه که گفتیم، به دلیل نیاز انکارناپذیر جامعه و تقاضای شدید، هریک از شبکه ها در دوره هایی به موضوع شادی و نشاط و تولید برنامه هایی با رویکرد سرگرمی و تفریح، توجه نشان دادند و چنین برنامه هایی را به فراخور حال و بر اساس توان مندی ها و سرمایه خویش تولید کردند؛ فیلم های گوناگون، سریال های متنوع و متفاوت، برنامه های جنگ و ترکیبی که رویکرد آنها همه سرگرمی و تفریح بود. این تلاش ها سبب شد افرادی به صورت مستقیم یا غیرمستقیم پا به این عرصه بگذارند و توان مندی های خود را در نگارش ایده، طرح و فیلم نامه و با تهیه کنندگی، کارگردانی، بازیگری و حتی صحنه آرایی و نظارت کیفی و مانند آن بیازمایند و برخی نیز در همین ژانر و رویکردها برجسته و صاحب سبک و تجربه شناخته شوند. این سرمایه بزرگ در کمتر سازمان رسانه ای دنیا پیدا می شود و رسانه ملی باید با برنامه ریزی برای استفاده بهینه از آن اقدامی عملی کند.

برتری دیگری که برای رسانه ملی برای تولید شادی و نشاط و گسترش آن در جامعه می توان برشمرد، امکانات و تجهیزات سخت افزاری مناسب تولید و منابع مالی مطمئن است. صدا و سیما به دلیل اتصال به بودجه عمومی کشور، به میزان قابل توجهی از نوسان درآمدی مصون است و به همین میزان، درباره تحولات اقتصادی و بازار رقابتی رسانه ای نگرانی زیادی ندارد، گرچه این بازار مهم در ایران در موضوع، منتفی است.

به هر حال وجود چنین مزیتی، پشتوانه بزرگی برای برنامه ریزی های میان مدت و حتی بلندمدت است؛ پشتوانه ای که در رسانه های آزاد جهان پیدا

نمی شود. آنها ناچارنـد برای اسـتمرار حیات خود نگران وضـعیت اقتصادی امروز خود باشـند؛ زیرا منابع مالی محـدود، قدرت برنـامه ریزی های دارای ریسک و خطر یا بلندمـدت را از آنها می گیرد. رسانه ملی با این مزیت ارزشـمند بایـد به سوی برنامه ریزی های کلان و بلندمدت برای تولید و گسترش شادی و نشاط پایدار در جامعه گام بردارد و به تفریح و سرگرمی مخاطبان خود در زمان حال نیز توجه نشان دهد.

بنابراین، در یک جمع بندی، توان مندی های رسانه ملی را می توان چنین برشمرد:

تعداد مخاطبان زیاد؛

نوع مخاطبان؛

توان اثرگذاری و نفوذ؛

تعدد و تنوع شبکه ها و برنامه ها؛

نیروی انسانی توان مند (هرچند انگشت شمار)؛

بهره گیری از تجربه های گذشته؛

اقبال و تقاضای مردم و جامعه درباره برنامه هایی با رویکرد شادی و نشاط و سرگرمی؛

مصونیت از بحران های مالی و اقتصادی و قدرت برنامه ریزی؛

بی‌رقیب بودن در داخل کشور؛

امکانات و تجهیزات سخت‌افزاری لازم.

۳. راهکارهای تولید و گسترش شادی و نشاط به و سیله رسانه ملی

اشاره

۳. راهکارهای تولید و گسترش شادی و نشاط به و سیله رسانه ملی

اکنون باید در پی آن بود که با توجه به آسـیب هایی که برشـمردیم و توان مندی های بالقوه و بالفعل رسانه ملی برای تولید و گسترش شادی و

نشاط، تفریح و سرگرمی، راهکارهایی را معرفی کنیم. گرچه ممکن است بیان و تحلیل آسیب ها خودبه خود سبب شود این راهکارها پدیدار گردد. با این حال جمع بندی آنها در این بخش برای تمرکز و توجه بیشتر مفید است.

الف) تهیه نقشه راه

الف) تهیه نقشه راه

ابتدایی‌ترین نقطه برای هر حرکتی، نقشه راه است؛ برنامه ای جامع که بتواند هدف را تعیین، امکانات و محدودیت ها را تعریف و تهدیدها و فرصت ها را بشمارد و از سویی شیوه و اصول کلی حرکت را نیز بنمایاند. سازمان باید بکوشد با توجه به نقش خود در نظام فرهنگی کشور، این طرح و نقشه راه را برای نشاط اجتماعی ترسیم کند و نقش خود را نیز متناسب با امکانات، محدودیت ها، جایگاه و توان خود تعریف کند؛ زیرا تا این نقشه به خوبی ترسیم نشود، مشخص نمی شود که جامعه ما در نسبت با این موضوع، کجا ایستاده است؟ چه خطرهایی آن را تهدید می کند؟ چه امکاناتی برای رشد و توسعه شادی و نشاط در همه نهادهای حاکمیتی و غیرحاکمیتی نهفته یا آشکار است؟ نقش و اهمیت و وظایف هر یک از دستگاه ها چه می تواند باشد و هر نهاد یا دستگاهی کدام قسمت از این پازل کلی را باید تکمیل کند؟ که به طور کلی، موارد بسیاری در یک برنامه جامع و راهبردی باید گنجانده شود. اگر این پلان و نقشه کلی فراهم شود، به یقین با توجه به توان مندی های رسانه، نقش آن در تبیین، ترویج و تعمیق شادی و نشاط پایدار در جامعه، تعیین و انتظارات افراد از رسانه ملی به صورتی واقعی تعریف می شود.

ب) برنامه ریزی کوتاه مدت و بلندمدت

ب) برنامه ریزی کوتاه مدت و بلندمدت

با تصور این مرحله و تدوین چنین برنامه ای، رسانه باید در درون به برنامه ریزی کلان و راهبردی برای دست یابی به هدف ها و برنامه های بیان شده و وظایف تعیین شده این دستگاه تبلیغی در آن برنامه کلان بپردازد و برای یافتن راهکارها و چگونگی اجرای آن، برنامه های کوتاه مدت یا بلندمدتی را تدوین کند. باید ویژگی های بسیاری را در این برنامه ریزی لحاظ کرد، از جمله:

یک ــ براساس مبانی علمی باشد و از دانش روان شناسی و جامعه شناسی برای ایجاد شادی و نشاط در جامعه بهره گیرد.

دو ــ عینی و واقع گرا باشد؛ یعنی به حقایق موجود در جامعه توجه نشان دهد و نیازها و علایق مردم و جوانان را همان گونه که هست، ببیند و انتزاعی و اید ئال گرا نباشد.

سه ــ قابل اجرا باشد؛ یعنی مبتنی بر کلیات یا ایدئال هایی نباشد که از دسترس رسانه ملی، دور یا تحقق ناپذیر باشد.

چهار ــ جامع باشد؛ یعنی هم نسبت به مخاطبان خود همه چیز را دیده باشد و هم در درون رسانه ملی، از همه ظرفیت ها و قابلیت ها برای تحقق هدف ها بهره برده و بتواند مزیت ها، ضعف ها و نقاط تهدید و فرصت رسانه ملی را به خوبی دریابد و برنامه ها و فرآیندها را برای همه بخش های دیگر با موضوع به صورت جامع تعریف کند.

پنج ــ ضمانت اجرایی داشته باشد، به صورتی که همه شبکه ها و مدیران، خود را برای تحقق هدف های این برنامه، موظف و مسئول بدانند.

شش ــ فرآیند نظارت و ارزیابی آن دقیق باشد؛ یعنی برای تشویق یا بازخواست افراد و شبکه ها یا بخش هایی که خود را نسبت به وظایف

تعریف شـده در برنامه، موظف نبیننـد و از انجام دادن آن شانه خالی کننـد، ساز و کارهای دقیقی لحاظ شده باشد. به عبارتی، از همه ابزارهـای ممکن برای نظـارت و ارزیـابی عملکرد بخش ها در زمینه برنامه شادی و نشاط بهره گرفته شود، ماننـد مرکز نظارت سازمان، جشنواره ها، همایش ها، قدردانی و پاداش ها.

ج) به رسمیت شناختن اولویت در حوزه شادی و نشاط

ج) به رسمیت شناختن اولویت در حوزه شادی و نشاط

رویکرد و برنامه دیگری که باید در رسانه ملی بدان اهتمام نشان داده شود، این است که ضـرورت و اولویت دار بودن موضوع شـادی و نشـاط در رسـانه ملی به رسـمیت شـناخته شود و این مهم در سـایه دیگر اولویت ها گم نشود و فضای برنامه سازی و تصـمیم گیری سازمـان نیز به گـونه ای باشـد که هرگونه تصـمیم و برنـامه ای بـا معیـار شـادی آفرین بودن و نشـاط آور بودن سنجیـده شود و اگر توجیهی ندارد، کنار گذاشـته شود؛ یعنی اصل بر شاد و بانشاط بودن برنامه ها باشد، مگر آنکه خلاف آن ضرورت یابد.

برای گسترش این ضـرورت لازم است، بینش و نگرش سطوح تصمیم ساز و تصمیم گیر سازمان، برنامه ریزان، مدیران به ویژه در حوزه صف سازمـان و در نقطه اتصـال بـا مخـاطب، گروه هـا و عوامل برنامه ساز نسـبت به این موضوع تغییر کنـد و بر این اسـاس، در مورد تشـکیل همـایش هـا، کارگـاه هـا، کلاس هـا، نشـست هـا و هم اندیشـی هـا و حتی آموزش هـای مکتوب و الکترونیـک در قـالب هـای گونـاگون دقت شود تـا ذهنیت و نگرش ها در موضوع شادی و نشاط تحریک و اصـلاح گردد. تا وقتی اهمیت و ضـرورت شادی و نشاط برای همه سطوح سازمان تبیین نشده باشد و نسبت به آن، نگرش مثبتی ایجاد نشود، هر تلاشی محکوم به شکست و ناکامی است.

د) ایجاد انگیزه در برنامه سازان

د) ایجاد انگیزه در برنامه سازان

در آسیب ها به صورت مفصل اشاره کردیم که در رسانه ملی به دلایل بسیاری، برنامه سازان به تولید برنامه هایی با رویکرد شادی، تفریح و سرگرمی تمایل و علاقه ای ندارند. آستانه بالای شادی و نشاط در مردم، سخت بودن ایده پردازی در این گونه برنامه ها، هزینه های بالا، نظارت های چند بعدی و چند لایه، دغدغه های متعدد، نبود قابلیت پیش بینی درباره توفیق آنها، حساسیت نخبگان و عموم مخاطبان و نقدهای غیر منصفانه، از جمله عواملی بی‌انگیزگی برنامه سازان برای تولید این برنامه هاست. اکنون باید ببینیم رسانه ملی برای ایجاد انگیزه لازم در برنامه سازان چه کارهایی می تواند انجام دهد.

در نخستین گام، سازمان باید تا آنجا که می تواند از این موانع بکاهد و زمینه را برای فعالیت آسان برنامه سازانی که به این حوزه علاقه دارند، فراهم کند. شاید بپرسید چگونه؟

در پاسخ به این پرسش باید گفت، شناخت مشکل مهم است. برای مثال، اگر آستانه شادی و نشاط مردم بالاست، باید به این تحقیقات میدانی روی آورد که در جامعه متنوع ایرانی، مهم ترین عوامل شادی آفرین و نشاط افزا چیست؟ یا موانع شادی مردم چیست؟ گرچه این مطالعه ای ملی و گسترده است، ولی باید از جایی شروع شود. سازمان با طرح آن در نهادهای فرهنگی همچون شورای عالی انقلاب فرهنگی می تواند راه را برای طرح این بحث و طراحی آن آغاز کند.

ه) پژوهش

ه) پژوهش

یافتن عناصر شادی آفرین و نشاط افزا در خرده فرهنگ های ایرانی و تعمیم دادن آن در کل کشور، رسالتی است که تنها از سازمان صدا و سیما برمی آید. سازمان

ص:۲۴۳

با بهره‌مندی از مراکز صدا و سیما در استان ها، این امکان را دارد تا این عناصر را بیابد و مدل های قابل تعمیم آن را تعریف کند و با طرح این عناصر در شبکه های سراسری، آن را به همه کشور گسترش دهد. باید مطالعه کرد و کاوید که چرا آستانه تحریک هیجان های شادی و نشاط‌آفرین مردم بالاست؟ آیا ناراحتی ها و فشارهای روحی دلیل آن است؟ آیا حجم دغدغه های زندگی معمولی و هزینه های آن بالاست که مردم نمی توانند شاد باشند؟ آیا شادی های ما پایدار نیست و غم ها و غصه ها سبب از بین رفتن شیرینی و آسودگی خاطر حاصل از آن می شود و در نهایت، این تجربه های شادی بد سرانجام، سبب رویگردانی مردم می شود؟ و ده ها پرسش دیگری که می توان فرض کرد، همه باید با پژوهش و تحقیق پاسخ داده شود. پس نخستین گام، علت یابی این ذایقه دیرتحریک ایرانیان در موضوع شادی کردن و خندیدن است.

و) توجه به ایده پردازی در حوزه طنز و شادی

و) توجه به ایده پردازی در حوزه طنز و شادی

نکته دیگری که در برطرف ساختن موانع برنامه‌سازی شاد در سازمان باید به آن توجه شود، این است که ایده پردازی در این حوزه بسیار مشکل است. شاید به اطمینان بتوان گفت شمار کم سینماگرانی که به ژانرهای کمدی روی می‌آورند، دلیل خوبی است که این ژانر پیچیدگی‌های روانی و دراماتیک خاصی دارد که هرکس توانایی یا انگیزه نزدیک شدن به آن را در خود نمی یابد. پیدا کردن سوژه‌ها، نمادها، موقعیت‌ها، متن، افراد و فرصت‌هایی که بتوان هیجان های جامعه را در شرایط دشوار اجتماعی تحریک کرد، کاری بزرگ و مشکل است. به همین دلیل، ورود افراد به حوزه کارهای کمدی و طنز، دیر تحقق‌تر از ژانرهای دیگر است. افزون بر آن، به قریحه، ذوق و استعداد ذاتی فردی نیز نیاز دارد که در کمتر فردی می‌توان آن را سراغ

ص:۲۴۴

داشت. بنابراین، سازمان باید ابتدا به کشف ایده‌های خوب و ناب در این ژانر همت گمارد. برخی فعالیت‌هایی که رسانه ملی می‌تواند در این زمینه سامان دهد، عبارتند از:

یک ــ ایجاد و استمرار حلقه‌ها و کارگاه‌های ایده‌پردازی و طراحی متن؛

دو ــ ایجاد کارگاه‌ها یا کارگروه‌های فیلم نامه نویسی در ژانرهای کمدی و طنز؛

سه ــ ایجاد کارگروه‌ها یا کارگروه‌های یادشده در استان‌ها و فراخوان مشارکت عمومی؛

چهار ــ برگزاری مسابقات و فراخوان‌های عمومی؛

پنج ــ استعدادیابی در همه استان‌ها و تلاش برای شکوفایی توانایی‌های بالقوه افراد مستعد؛

شش ــ توجه و استفاده از ظرفیت، توان و تجربه فعالان این عرصه؛

هفت ــ ارج نهادن به ایده‌هایی که در این زمینه تولید و طراحی می‌شوند، حتی اگر به مرحله عمل نرسند.

ز) تسهیل برنامه سازی در حوزه شادی و نشاط

ز) تسهیل برنامه سازی در حوزه شادی و نشاط

یکی از موانعی که برای تولید شادی و نشاط به وسیله رسانه ملی بیان شد، پیچیدگی و مشکلاتی است که در سازمان برای تولید برنامه های شاد بر سر راه برنامه‌ساز وجود دارد؛ از راضی کردن مدیر گروه، شبکه و شوراهای فیلم و سریال شبکه‌ها تا تولید و پشتیبانی تولید، ناظران کیفی و غیرکیفی و نیز فرآیند پیچیده و زمان بری که گاه به انصراف برنامه ساز می انجامد. بگذریم که در این فرآیند به جای ضوابط و نظرهای کارشناسی و علمی، برخی سلیقه ها و دیدگاه های شخصی غیرکارشناسی سبب می شود ماهیت طرح‌ها دگرگون شود و آنچه پخش می شود، جسدی بی روح از طرح اولیه باشد.

رسانه ملی باید بکوشد این فرآیند را در مسیر سهولت و روانی گردش کار و حاکم کردن ضوابط و معیارهای علمی، از گرداب سلیقه فردی مدیران بیرون کشد و عنان کار را به دست کارشناسان و صاحب نظران و عالمان این حوزه ها بدهد که این کار به سهولت انجام پذیر است. سازمان باید به آسیب شناسی فرآیند تولید و پخش برنامه ها، فیلم ها و سریال ها بپردازد و بر اساس این آسیب شناسی به اصلاح فرآیندها، ساختارها و حتی آیین نامه ها و بخش نامه ها بپردازد تا در نهایت، ایده های خوب با معیارهای مورد نظر گزینش شوند و راه تبدیل شدن آنها به فیلم و برنامه بسیار آسان و راحت باشد. در صورت برطرف کردن این مانع، امید به تولید برنامه ها، از جمله برنامه های شاد، زیاد خواهد شد.

هزینه های بالای تولید این گونه برنامه ها از مشکلات دیگری است که برنامه سازان را از وارد شدن به این حوزه پرهیز می دهد؛ زیرا تهیه کنندگان و کارگردانان نیز مانند همه افراد دیگر باید بتوانند در مقابل هزینه های سنگین فعالیت در ژانرهای شاد، از تأمین مالی آن مطمئن باشند، ولی متأسفانه در حال حاضر این اطمینان وجود ندارد. ازاین رو، سازمان باید در نظام پرداخت های خود به این برنامه ها تجدید نظر کند. شایان توجه است برنامه های شاد و سرگرم کننده به نسبت خوبی که در این سال‌ها تولید و پخش شده‌اند، خارج از نرخ نامه‌های مرسوم و مصوب سازمان، هزینه دریافت کرده‌اند. این حقیقت باید ما را متوجه این امر کند که محصولات باکیفیت، هزینه های خاص خود را دارند و البته لازمه رسیدن به الگوهای موفق، پرداخت هزینه ها در آزمون و خطاست که سازمان نباید از آن هراسی داشته باشد؛ زیرا در این آزمون و خطاهاست که بسیاری از دستاوردها و تجربه ها شکل می گیرند و عوامل، تربیت و نقاط ضعف و قوت، کشف می شوند.

ص:۲۴۶

کـاهش میزان خطرپـذیری برای تهیه کننـدگان و کارگردانـان این گونه برنـامه هـا، رفع نگرانی هـای آنهـا در توفیق داشـتن یا نداشـتن و روی آوردن به سـیاست های تشویقی سبب می شود این واهمه و ترس از تهیه کنندگان و کارگردانان برای نزدیک شدن به این گونه برنامه ها از بین برود و استقبال از طراحی و تولید برنامه های شاد و سرگرم کننده فزونی یابد.

ح) نیاز پژوهی

ح) نیاز پژوهی

از موارد دیگری که می توانـد به رونق تولیـد برنـامه هـای شادی آفرین و نشاط افزا در سازمان صـدا و سـیما بینجامـد، کاهش حجم و تعـداد لا‌یـه ها، ضوابط و معیارهای نظارتی در این حوزه است. نویسـنده معتقـد است برخی از این ضوابط، مشـکلی را حـل نخواهـد کرد و راه به جـایی نخواهـد برد. چه بخواهیم و چه نخواهیم فضـای طنز و شـادی، عرصه مفـاهیم جـدّی نیست و رفتارها، گفتارها و موقعیت هایی که در این فضای خاص ایجاد می شود، هیـچ کـدام یک الگو نخواهنـد بود و نخواهنـد شـد، گرچه ممکن است مدتی در برخی اقشار، بازتاب هایی داشته باشد، ولی دایمی نیست.

توجه داشـته باشـیم که دلیـل برخی بازتاب ها و عکس العمل ها در جامعه، رفتار رسانه در ایجاد محـدودیت ها بوده است؛ چه آنکه رسانه سـبب ایجاد این حساسـیت ها شـده است و خود نیز باید با جرئت و جسارت، این محدودیت های خودساخته را از میان بردارد.

در همین زمینه برای ایجـاد فضـای نقـد و بررسـی منصـفانه نسبت به برنـامه هـای شادی بخش می توان گام هایی برداشت، از جمله:

یک ـ پیش از تولیـد، سـخن منتقـدان جـدّی برنامه های طنز را شـنید و تا حد ممکن به نظر آنان اهمیت داد و از این راه، نوع بازتاب برنامه ها را در جامعه پیش بینی کرد.

ص:۲۴۷

دو_ با منتقدان در یک فضای نقادانه وارد گفت وگوی طرفینی و مستدل شویم و آن را در رسانه منعکس کنیم تا به گونه ای با افزایش هزینه های نقد غیرمنصفانه، این گونه نقد درباره برنامه های طنز از بین برود. مردم نیز بدانند چه دیدگاه‌های متناقض و گاه غیرمنصفانه ای درباره این برنامه ها و چه موانع مختلفی بر سر تولید این گونه برنامه ها وجود دارد.

سه _ سومین مورد، تخصصی کردن طنز به تناسب نوع شبکه هاست. ازاین رو، باید برنامه های شادی بخش متناسب با مخاطبان هر شبکه تولید شوند، به گونه ای که بتوانند مخاطبان همان شبکه را راضی نگه دارند. این امر سبب می شود افزون بر روشن شدن تکلیف نویسنده، کارگردان و تهیه کننده، هر مخاطب نیز انتظارهای خود را از این دست برنامه ها بداند و بیش از آن را توقع نداشته باشد.

چهار_ آگاهی بخشی به جامعه درباره دشواری های این راه و مشکلاتی که برای تولید برنامه های شادی بخش و طنز وجود دارد، سبب می شود افراد در گفتار و رفتار منتقدانه خویش جانب انصاف را نگه دارند تا فعالان این عرصه دل سرد و سرخورده شوند.

دیگر نکته ای که باید رسانه ملی از آن غفلت نورزد، آن است که بداند آستانه تحریک هیجان های شاد جامعه کجاست؟ چه موضوع هایی می تواند اسباب شادی و نشاط بیشتر مخاطبان را در سطوح سنی و تحصیلی مختلف فراهم سازد؟ مهم ترین رویکردهای طنز برای ایجاد شادی و نشاط در اقشار مختلف کدام است؟ آیا طنز کلامی، مفیدتر است یا طنزهای دیگری همچون طنز موقعیت، تصویری، اغراق، مبالغه، تضاد، تناقض، تمثیل و وارونه نمایی؟ این مهم، نوعی نیازپژوهی است که باید پیش از هر اقدامی صورت پذیرد و لازم است هم

نظر و خواست مردم در نظر گرفته شود که به وسیله نیازسنجی و نظرسنجی ها ممکن خواهد شد و هم از نظر و اندیشه صاحب نظران این حوزه ها باید بهره گرفت. شاید دستیابی به این سلیقه و خواست برای همه برنامه سازان رسانه ملی و همچنین نهادهای دیگری که برای فرهنگ عمومی کشور فعالیت دارند، راهنمای عمل، و معیار خوبی برای سامان دهی فعالیت ها باشد؛ از شورای عالی انقلاب فرهنگی تا نهاد حوزه علمیه، ائمه جمعه و جماعات، مطبوعات و رسانه های الکترونیک. بنابراین، یکی از خلأهای موجود آن است که ما بدون ذایقه شناسی و نیازشناسی طنز در جامعه ایرانی بر اساس برداشت های ذهنی، برنامه های طنز و شاد می سازیم.

ط) توجه به تولید الگو و مدل

ط) توجه به تولید الگو و مدل

در بخش آسیب ها، به این نکته اشاره کردیم که یکی از موانع فراروی مسیر تولید و پخش برنامه ها، نداشتن الگوها و مدل هایی برای تولید و پخش برنامه هایی شادی افزا و سر گرم کننده است. همچنین گفتیم در جوامع دیگر، این فقر و تنگ دستی مفهومی و مصداقی برای رسانه ها کمتر است؛ زیرا در متن جامعه، شادی و نشاط وجود دارد و بهانه های شادی و شاد زیستن و روزهای اختصاص داده شده به آن، بسیار بیشتر و متنوع تر از جامعه ماست. بنابراین، مشکلی در این زمینه احساس نمی شود، ولی باید بپذیریم در جامعه ما به دلیل فراهم نبودن این زمینه، خود رسانه باید به تولید و گسترش مدل هایی از شادی اجتماعی روی آورد و آنها را نهادینه کند. البته پیش از این نیز گفتیم که زیرساخت های نظری و بنیادین آن باید در مجامع علمی و دانشگاهی و پژوهشی شکل بگیرد. در این میان رسانه باید به دلیل نیاز خود، به عنوان واسطه میان این مراکز و جامعه نقش آفرینی کند.

ص:۲۴۹

رسانه ملی نبایـد نسـبت به انتقال نیازهای جامعه به مراکز علمی و نیز کمک در شـکل گیری نظریه ها و مدل ها بی اعتنا باشد. در توان نویسـنده نیست شـرح دهـد چگونه می توان به این مـدل ها دست یافت؛ زیرا خلق مدل ها و الگوهای شادی بخش در جـامعه و پیرو آن در رسـانه، به مطالعـات گسترده ای نیاز دارد، ولی به عنوان یک ابزار می توان به روش مطالعات مقایسه ا ی روی آورد تا دریابیم در نقاط مختلف جهان برای این موضوع چه تـدبیری اندیشـیده اند. آن گاه پس از گردآوری و تجزیه و تحلیـل اطلاعـات به دست آمـده، بهترین نمونه هـا را پالایش و بار دیگر به منظور انطباق با فرهنگ و اقتضائات دینی و ملی به آن توجه کنیم و اگر مواردی نزدیک و قابل انعطاف پیدا کردیم، همان را ملاک کار قرار دهیم و تا حد ممکن به بومی سازی و انطباق آن با شـرایط و اقتضائات دینی و ملی همت گماریم. شایـد در این زمینه مطالعات تاریخی نیز مفید باشد؛ یعنی احیای برخی الگوها و مصداق های شادی و نشاط در گذشـته و تاریخ جامعه ایرانی و امروزی کردن آنها یا حتی گذشـته اقوام و ملل دیگر، ما را در این امر یاری دهد.

ی) انتقال نیاز نظری به مراکز علمی و پژوهشی

ی) انتقال نیاز نظری به مراکز علمی و پژوهشی

از جمله آسـیب هایی که برای پرداختن رسانه در کارکرد تفریـح و سـرگرمی و شادی و نشاط آن برشـمردیم، ابهام در حـدود شرعی، عقلی و عرفی شـادی و نشـاط بود؛ آسـیبی که مـدت هـاست حوزه هـای مختلف مفهومی و محتوایی رسـانه ملی با آن دست به گریباننـد، ولی مسـئولان سازمان کمتر آن را بیان می کننـد. نویسـنده معتقد است این ضـعفی نیست که رسانه ملی از بیان و تصریح به آن ابا کند؛ زیرا این مسئله و مانند آن، تکالیف رسانه ملی نیست و

باید در جای دیگری حل شود. به عبارتی، رسانه، مصرف کننده دانش و فکر و فرهنگی است که در جای دیگر تولید و تبیین شده است. بنابراین، اینکه چنین تولیدی صورت نگرفته است، نمی تواند دلیل ضعف رسانه ملی شمرده شود. حال به راستی رسانه در این نقطه حساس هیچ وظیفه ای ندارد؟ پاسخ به این پرسش منفی است؛ زیرا شرایط پیچیده فکری و فرهنگی کشور و ضرورت های دهه های گذشته انقلاب اسلامی چنان نبوده است که مراکز علمی، فرهنگی و پژوهشی کشور در یک فضای عادی و غیراضطراری به پژوهش، مطالعه، تولید دانش و تدوین ضرورت ها و برنامه های علمی و فرهنگی بپردازند، بلکه این ضرورت ها و اضطرارها، برنامه کار و فعالیت و حوزه های مطالعه و تولید دانش و فرهنگ را تعیین می کرده است. بر این اساس، هر آنچه همواره در این عرصه برای آنان اولویت و ضرورت داشته، در نظر گرفته شده است.

اینک با توجه به این امر، می خواهیم بدانیم چه کسی یا چه کسانی سعی کرده اند موضوع شادی و نشاط را اولویت دار کنند تا در مراکز علمی و فرهنگی کشور در دستور کار واقع شود. شاید به جرئت بتوان گفت هیچ کس چنین نکرده است اگر از بی اعتنایی همه بگذریم، رسانه ملی نمی تواند خود را بی تقصیر بداند؛ زیرا نیازش به تبیین حدود و شرایط شادی و نشاط و ترسیم دقیق مرزهای عقلی، شرعی و عرفی آن، بیش از هر نهاد دیگری است. بنابراین، رسانه ملی باید به صورت مداوم، این نیاز را به دانشگاه ها، حوزه های علمیه، مراکز پژوهشی و نهادهای فرهنگی جامعه، منتقل و برجسته سازی می کرد تا پاسخی در خور بیابد. حتی اگر شده است باید با هم فکری و مطالعات مشترک با این مراکز، آنها را به تحرک و پاسخ گویی وا

دارد. آیا رسانه ملی در سال های گذشته نسبت به موضوع شادی و نشاط یا حوزه های مفهومی مشابه مانند طنز، موسیقی و مفاهیم مجرد و مقدس چنین رویکردی را داشته است؟ اطلاعات نویسنده اجازه پاسخ گویی به این پرسش را نمی دهد، ولی می دانیم به اندازه پرسش ها و ابهام های موجود در این حوزه، کوشش نظام مند و مستمری صورت نگرفته است.

ک) تسلط علمی و در اختیار داشتن مبانی و معیارها

ک) تسلط علمی و در اختیار داشتن مبانی و معیارها

آسیب دیگری که به صورت اجمالی از آن سخن گفتیم، گرفتاری برخی رویکردهای شادی آفرین و نشاط افزای رسانه در دام سلیقه ها و ذایقه های خاص مدیران و برنامه ریزان و افراد اثرگذار در داخل و خارج سازمان است. اگر خود را در جایگاه یک برنامه ساز یا مدیر گروه برنامه ساز در یکی از شبکه های رادیویی یا تلویزیونی بپنداریم، می توانیم این آسیب را بهتر درک کنیم؛ انواع رهنمودهایی که در برخی موارد، نه پشتوانه شرعی محکمی دارد و نه منطقی به نظر می رسد.

برای دست یابی به راهکاری مطمئن باید دلیل این امر را ریشه یابی کرد. ازاین رو، در ابتدایی ترین بررسی می توان گفت اعتماد به نفس رسانه در موضوع های تخصصی بسیار پایین است که دلیل آن، نداشتن دانش لازم در حوزه‌های محتوایی مورد بحث است. در این گونه موارد، رسانه مانند انسانی که در موضوعی دانش و اطلاعات لازم را ندارد، ناچار است در مقابل اطلاعاتی که به او داده می شود، واکنشی نشان ندهد و آن را بپذیرد. چاره این کار آن است که دانش و تسلط رسانه بر حوزه های محتوایی خاص همچون شادی و نشاط افزایش یابد تا با اعتماد و اطمینان بیشتری به تولید برنامه بپردازد و هر شخصیت حقیقی و حقوقی نیز به خود اجازه ندهد سلیقه خویش را بر سازمان تحمیل

کند. تولید برنامه بر اساس مبانی نظری مطمئن، نه تنها در موضوع شادی و نشاط، بلکه در همه حوزه های موضوعی سبب می شود سازمان بتواند در مقابل فشارهای درونی و بیرونی، از عملکرد خود به صورت مستدل حمایت کند.

تأکید بر مجهز شدن به دانش نظری و مبانی علمی در این حوزه ها، سفارش به امری مشکل و سخت و نسبت به انواع مسائل و مشکلاتی که رسانه ملی با آن دست به گریبان است، امر به محال است، ولی تنها در این صورت، این دانش و آگاهی علمی به یقین و تدوین ملاک ها و شاخص هایی می انجامد که معیار کار برنامه سازان در حوزه های صف سازمان و کمتر شدن اعمال سلیقه های شخصی و غیرشخصی در برنامه های مختلف سازمانی می شود. افزون بر آن، چون تدوین این شاخص ها و معیارها بر اساس مبانی علمی است، کمتر دستخوش تغییرات اساسی و نقدهای غیرکارشناسانه و انتقادهای درونی و بیرونی خواهد شد.

یکی از راهکارهای دیگر تدوین سیاست های کلی سازمان در هر حوزه، این است که کمک خواهد کرد انسجام و همانندی برنامه ها در دوری و نزدیکی به معیارهای علمی تأمین شود و برنامه ها کمتر بر اساس سلیقه ها و سفارش ها دچار تغییر و تحول شوند. اگر چنین شود، به یقین از حجم محدودیت های ناپیدا و نانوشته و تعریف نشده کاسته خواهد شد و تکلیف هر گروه برنامه ساز یا نویسنده و تهیه کننده و کارگردان پیش از ورود به هر حوزه موضوعی، از جمله طنز و شادی، از ابتدا روشن و شفاف خواهد بود.

ل) کاستی در حوزه نیروی انسانی متخصص

ل) کاستی در حوزه نیروی انسانی متخصص

در بخش پیش که آسیب ها را برمی شمردیم، به آسیبی اشاره کردیم که شاید از مهم ترین دغدغه های رسانه ملی در حوزه های مختلف فنی، پشتیبانی،

مـدیریت، سـتادی و به ویژه برنامه سازی است و تفاوت هم نمی کنـد در چه موضوع ها و چه ژانرها و قالب هایی باشـد. آنچه مشـهود است، این است که در همه این حوزه ها، سازمان با فقر نیروی انسانی ماهر، توان مند، انگیزه مند و تحصـیل کرده روبه روست. برنـامه ریزی های خرد و کلان سازمان برای دست یابی به این نیروی مطلوب را می توان مشاهـده کرد، ولی به راستی چرا سازمـان هرچه بیشتر می کوشـد، کمتر نتیجه می گیرد؟ چرا در حوزه های برنامه سازی تلویزیونی در هریک از قالب ها به ویژه ژانرهای شاد، افراد موجود با ویژگی های بیان شده به تعداد انگشتان دست هم نمی رسد؟ چرا همچنان تنگ دستی رسانه ملی در این حوزه حتی برای افرادی که از دور بـا سازمـان آشـنا هسـتند، مشـهود است؟ این کـاستی، یک دلیل و عامل نـدارد، بلکه شـماری از عوامل گوناگون سـبب شـده است این شـرایط در حوزه نیروی انسانی سازمان حاکم باشد که به برخی از مهم ترین آنها اشاره می کنم:

یـک _ آغـاز این کـاستی، کانـال هـای جـذب نیروی انسانی سازمان به ویژه در حوزه برنامه سازی است. بسـیار شاهـد بوده یا شنیـده ایم که جـذب نیروی انسانی در حوزه برنامه سازی، خارج از مبادی جـذب و بـدون محک خوردن با معیارهای تعریف شده صورت می گیرد. بسـیار مشاهده می شود در این گونه مشاغل که حساس ترین حوزه نیروی انسانی سازمان است، افرادی شاغلنـد که پیش تر به عنوان نیروهـای اداری و پشتیبانی و به صورت کلی، سـتادی و به منظوری دیگر جـذب شـده انـد و این، بزرگ ترین و ابتـدایی ترین انحراف در حرکت یـک سازمان بزرگ رسانه ای به سوی حرفه ای گری است. بـدین منظور، در مبادی جذب نیروی انسانی سازمان به ویژه در حوزه های برنامه سازی باید، تجدیدنظر و اصلاح جدّی انجام شود.

ص:۲۵۴

ازاین رو، بار دیگر مشاغل، باز تعریف، شرایط احراز آنها، مطالعه و تدوین و معیارها و شاخص های جذب نیز به دقت رعایت و اعمال شود تا با گسترده تر شدن حلقه داوطلبان مشاغل، قدرت انتخاب سازمان از میان افراد بیشتری افزایش یابد.

دو_ در سال های اخیر، اصلاحات خوبی صورت گرفته است، ولی آموزش های مرتبط با مشاغل در سازمان در حد استاندارد و متناسب با نیاز سازمان نیست. اگر بخواهیم دقیق تر بگوییم، باید گفت خروجی های آموزش در سازمان، تأثیری در روند برنامه سازی ندارند که این امر ممکن است به کیفیت نیروهایی مربوط شود که در این آموزش ها شرکت کرده اند و می کنند یا به نوع و کیفیت آموزش یا به سرفصل ها و دروسی که برای این دوره ها در نظر گرفته شده اند. اینکه می گویند به افراد مربوط می شود، به این معناست که مشاغل هنری نیازمند شمّ و ذوق هنری است و اگر کسی دارای این شمّ و ذایقه نباشد، آموزش ها هرچند دقیق و مفید، نمی تواند تأثیری داشته باشد، ولی همه موضوع این نیست. تا آنجا که نویسنده می داند و خود نیز به تناسب شغل، در سال های گذشته به ضرورت در این آموزش ها شرکت داشته است، باید گفت آموزش های سازمان، جدّی و استاندارد نیست.

برای حل این مشکل، بازنگری در نظام آموزش به ویژه در مشاغل مرتبط با برنامه سازی بسیار ضروری و اجتناب ناپذیر است. این بازنگری باید هم در دروس و کارگاه ها، هم در استادان و شیوه های آموزش و هم در شیوه ارزیابی آموزشی صورت گیرد.

مطلب دیگری که ضروری است بدان اشاره کنیم، آن است که در این آموزش ها، هم نیاز سازمان در حوزه های تخصصی در نظر گرفته شود و هم

ص:۲۵۵

در حوزه های محتوایی؛ یعنی برنامه سازان همان مقدار که نیاز به آموزش در حوزه های تخصصی شغل خود دارند، باید در حوزه های محتوایی کار خود نیز آموزش هایی ببینند. برای مثال، تهیه کنندگان، نویسندگان، کارگردانان و پژوهشگران برنامه هایی که در موضوع های زن و خانواده، جوانان، معارف دینی و به صورت کلی، علوم مختلف برنامه سازی می کنند، باید با آخرین یافته های این حوزه ها در قالب آموزش کلاسی، کارگاهی، همایش و نشست های علمی، آشنا شوند و سپس آن را فراگیرند. برنامه سازان و افراد مرتبط با حوزه برنامه سازی همواره باید اطلاعات محتوایی شان در موضوع هایی که برنامه سازی می کنند، به روز و دقیق باشد تا بتوانند آنچه را برای مردم بیان می کنند، نو و به روز باشد.

در موضوع شادی و نشاط هم که موضوع مورد بررسی ماست، همین دو نکته مصداق دارد؛ یعنی برنامه سازان این حوزه باید نخست توانایی ذاتی و ذوق هنری لازم را داشته باشند و دوم آنکه آموزش هایی در سازمان برای ایجاد شادی و نشاط در برنامه ها و نیز روش های تولید برنامه های شاد و سرگرم کننده و ساختارهای متناسب با آن و آشنایی با چارچوب های نظری، شرعی و عرفی آن تدارک دیده شود.

سه ــ مسئله سومی که در موضوع مورد بررسی؛ یعنی شادی و نشاط و در ارتباط با نیروی انسانی مطرح است، نبود نیروی انسانی باذوق و قریحه ای است که این نوع از برنامه ها نیاز دارند؛ یعنی کسی که به صورت ذاتی روحیه ای شاد و بانشاط داشته باشد و از خلاقیت های ذهنی و خیالی برای خنداندن دیگری بهره مند باشد. به صورت طبیعی، این افراد، نایاب و نادر هستند و چه بسا در حوزه برنامه سازی، نایاب تر. برای رفع این کاستی،

سازمـان بایـد قـدرت انتخاب و دامنه انتخاب خود را گسترش دهـد؛ یعنی با فراخوان در همه کشور، چنین اسـتعدادهایی را در دوره های دبیرستان و دانشگاه یا هنرجویان هنرستان ها و دانشکده ها و دانشگاه های هنر شناسایی کنند.

خمیرمایه طنز بایـد در افراد وجود داشـته باشـد تا بتوان برنامه ریزی های بعـدی را انجام داد. این نیاز در بعد نویسـندگی برنامه هـای شاد بسـیار محسوس تر و حیاتی تر است. به جرئت می توان گفت شـمار نویسـندگانی که بتواننـد به متن های نمایشـی با رویکرد طنز بپردازند، بسیار کم و محدود است.

خوب است به این موضوع نیز اشـاره شود که سازمـان برای تـأمین نیروی انسانی خود، دانشـکده ای با رشـته ها و گرایش های گوناگون تأسـیس کند که البته یکی از اقدامات قابل تحسـین و ارزنده است، ولی همواره این پرسـش وجود دارد که خروجی این دانشـکده در روند فعالیت سازمان چه اندازه مؤثر بوده است یا خروجی دانشـکده و دانشجویان و هنرجویان فارغ التحصیل آن چه انـدازه برای برآورده شـدن نیازهای انکارناپذیر جامعه به ویژه در حوزه مورد بحث، مانند طنز و شادی و نشاط، هدایت شـده انـد؟ رسـالت ایـن نوشـته، پرداختن به عمـق مطلب نیست، ولی وجـود مشـکلاتی در تولیـد برنـامه هـای شـاد به صـورت ناخودآگاه نویسـنده را به این نکته می رسانـد که دانشـکده به عنوان یک فرآیند تربیت نیروی انسانی مورد نیاز سازمان دارای مشکلاتی است که در جای خود باید کالبدشکافی و اصلاح شود.

نکته دیگری که در حـوزه نیروی انسـانی سازمـان ضـروری است بـدان توجه شود، تشویق انسـان هـای توان منـد در این حوزه است؛ زیرا تشویق آنها سبب

ایجاد انگیزه های دوچندان و توجه دیگران به این حوزه است. در این زمینه، بالا بردن آستانه تحمل مدیران سازمان در پذیرش خطاها و لغزش ها یک اصل است و همین عامل سبب رشد کیفی برنامه های طنز و شادی آفرین در رسانه خواهد شد.

متأسفانه در حوزه عملیات و اجرا، ساختار تربیت نیروی انسانی در حوزه طنز، عقیم است؛ یعنی نتوانسته است به نیروسازی بپردازد. ازاین رو، شبکه ها باید برای آینده نیروی انسانی خود برنامه داشته باشند و به این منظور افرادی را شناسایی کنند و در کنار طنزنویسان، طنزپردازان و فعالان این عرصه بگمارند تا به مرور، صاحب این توانایی ها و مهارت ها شوند. شاید یکی از مطمئن ترین و کوتاه ترین مسیرها، همین تربیت نیروی انسانی مورد نیاز در کنار فعالیت های رسانه ای باشد؛ مهمی که غفلت از آن در سازمان، بسیار زبه چشم می خورد.

م) استمرار و پیوستگی

م) استمرار و پیوستگی

از جمله آسیب های دیگری که بدان اشاره کردیم، نبود استمرار و پیوستگی جریان های شادی بخش و نشاط افزا در متن جامعه است که این آسیب به دلیل نبود نقشه راه و برنامه کلان فرهنگی است و البته رسانه ملی نیز هنوز نتوانسته است در حیطه وظایف و رسالت خود، این استمرار و پیوستگی در تزریق شادی و نشاط به جامعه را تحقق بخشد. برنامه های مقطعی زیادی که حاصل تلاش قابل قدردانی گروه ها و عوامل برنامه ساز سازمان بوده، صورت گرفته است، ولی این تلاش ها مقطعی است و استمرار نمی یابد. بنابراین، رسانه ملی باید راهبرد استمرار و پیوستگی در تزریق شادی و نشاط به جامعه مخاطب خود را به دو صورت پی گیری کند:

نخست اینکه به شادی بخشی و نشاط آفرینی در همه برنامه ها که در حوزه های مختلف موضوعی تولید و پخش می شوند، به عنوان یک راهبرد کلان توجه کند؛ چون عنصر شادی و نشاط، در همه برنامه ها قابلیت تحقق دارد. حتی کسانی که برنامه های اقتصادی یا سیاسی را می شنوند یا می بینند، این حق را دارند که برنامه ای شاد و سرگرم کننده را تماشا کنند یا بشنوند. در برنامه های دینی نیز وضع به همین صورت است؛ گاه در برنامه های معارفی، چینش همه عوامل چنان جدّی، خشک و بی روح و تخت است که تصور می شود درباره هر موضوع دینی می خواهیم برنامه سازی کنیم، باید حزن و اندوه یا بی تحرکی و جدّی بودن جزو جدایی ناپذیر این برنامه ها باشد، درحالی که این گونه نیست و باید این رویکرد و تفکر دستخوش تغییر و تحول شود و نگرش ها به صورت بنیادی اصلاح شود.

دوم آنکه به تولید برنامه های شادی بخش و نشاط افزای مستقل همت گمارد. خوب است در پایان به این راهکار آخر بیشتر توجه نشان دهیم؛ زیرا اهر م های نظارتی سازمان بیش از آنکه ایجابی باشد، سلبی است؛ بدین معنا که کمتر به این موضوع اهمیت داده می شود که آیا برنامه ای از لحاظ شادی آفرینی، علمی، معرفتی یا حتی دینی به استانداردهای لازم رسیده است یا خیر؟ یعنی برنامه ها از لحاظ دارا بودن استانداردها و انطباق با ملاک ها در چه پایه ای هستند؟ ازاین رو، لازم است سازمان در حوزه شادی و نشاط و طنز، نخست معیارهایی را تعریف کند و همه برنامه ها این معیارها را رعایت کنند و فیلترهای نظارتی و ارزیاب سازمان نیز نظارت کنند که در برنامه ها، حداقلی از شادی و نشاط فراموش نشود.

ص:۲۵۹

بنابراین، در جمع‌بندی همه راهکارها می‌توان آنها را در موارد زیر خلاصه کرد:

طراحی نقشه راه یا برنامه جامع برای ایجاد و گسترش شادی‌های پایدار در رسانه ملی؛

اولویت یافتن شادی و نشاط در همه شبکه‌ها و برنامه‌های رسانه ملی؛

اصلاح نگرش تصمیم‌گیران و برنامه‌سازان سازمان نسبت به شادی و نشاط؛

ایجاد انگیزه در برنامه‌سازان برای روی آوردن به برنامه‌های شاد و سرگرم کننده؛

فروکاستن از موانع تولید و پخش برنامه‌های شادی‌آفرین و نشاط‌افزا؛

پایش و کشف عناصر شادی‌آفرین در میان سطوح مختلف مخاطبان رسانه ملی؛

یافتن دلایل بالا بودن آستانه شادی و نشاط در جامعه ایرانی به کمک پژوهشگران دانشگاهی و تلاش برای پیدا کردن راهکار رفع این عامل فرهنگی؛

کوتاه و آسان کردن فرآیند تولید و پخش برنامه‌های شادی‌آفرین و نشاط‌افزا؛

حاکم کردن ضوابط و معیارهای علمی به جای سلیقه و ذایقه مدیران و تصمیم‌گیران؛

ایجاد و استمرار بخشیدن به حلقه‌ها و کارگاه‌های ایده‌پردازی در تهران و مراکز استانی؛

ایجاد و حمایت از تشکیل کارگاه‌ها و کارگروه‌های فیلم نامه‌نویسی در ژانرهای شاد در تهران و مراکز استانی؛

برگزاری مسابقات و فراخوان‌های عمومی برای ایده‌پردازی، طراحی و مواردی از این دست؛

ص:۲۶۰

استعدادیابی در همه استان‌ها؛

استفاده از ظرفیت، توان و تجربه فعالان این عرصه؛

ارج نهادن به ایده‌های تولید شده در این عرصه، حتی اگر به مرحله تولید نرسند؛

به دست آوردن اعتماد و اطمینان تهیه‌کنندگان از تأمین مالی پروژه‌ها و برنامه‌ها؛

تحمل هزینه‌های آزمون و خطا در شبکه‌ها؛

روی آوردن به سیاست‌های تشویقی؛

اصلاح منطقی فرآیندهای نظارتی و کاستن از حجم آنها؛

ایجاد فضای نقد و ارزیابی منصفانه درونی و بیرونی درباره برنامه های شاد؛

تخصصی کردن برنامه‌های شاد و سرگرم کننده و تولید آنها متناسب با رویکرد شبکه‌ها؛

بیان نیاز نظری و تئوری به مراکز پژوهشی، علمی و دانشگاهی برای تبیین مباحث بنیادین طنز و شادی و همچنین مباحث کاربردی ارتباطی و هنری و همکاری در طراحی مدل‌ها و الگوهای مورد نیاز؛

مطالعه مقایسه‌ای برای پیدا کردن مدل‌های طنز، شادی و نشاط در فرهنگ‌ها و کشورهای دیگر و تجزیه و تحلیل و بومی کردن آنها؛

مجهز شدن تولیدکنندگان این حوزه به دانش تخصصی؛

تدوین سیاست‌های کلی سازمان در حوزه شادی و نشاط اجتماعی؛

بازنگری در نظام آموزشی سازمان برای تأمین نیروی انسانی مورد نیاز در این حوزه؛

ص:۲۶۱

نیروسازی در کنار افراد باتجربه در این حوزه؛

راهبرد استمرار و پیوستگی در تزریق شادی به جامعه؛

بهره گیری از اهرم‌های نظارتی ایجابی در مقابل نگاه سلبی در موضوع شادی و نشاط.

کتاب نامه

اشاره

کتاب نامه

زیر فصل ها

الف) کتاب

ب) نشریه

ج) پایگاه اینترنتی

الف) کتاب

الف) کتاب

 قرآن کریم.

 نهج البلاغه.

آذرنوش، آذرتاش، فرهنگ معاصر عربی فارسی، تهران، نشر نی، چاپ اول، ۱۳۷۹.

آیزِنک، مایکل، روان شناسی شادی؛ حقایق و افسانه‌ها، ترجمه: خشایار بیگی و مهرداد فیروزبخت، تهران، انتشارات بدر، چاپ اول، ۱۳۷۵.

ابن منظور، جمال الدین محمد بن مکرم، لسان العرب، لبنان، دارالاحیاء التراث العربی، چاپ اول، ۱۴۰۸ ه .ق.

استادولی، حسین، ترجمه سنن النبی، تهران، پیام آزادی، چاپ یازدهم، ۱۳۸۵.

امیرحسینی، خسرو، مهارت های شاد زیستن (روان شناسی شادی و سلامت)، تهران، عارف کامل، چاپ اول، ۱۳۸۷.

امین عاملی، سید محسن، اعیان الشیعه، بیروت، انتشارات دارالمعارف، چاپ اول، ۱۴۰۶ هـ . ق.

ص:۲۶۳

انصاریان، حسین، ترجمه نهج البلاغه، تهران، نشر پیام آزادی، چاپ چهارم، ۱۳۸۶.

بابازاده، علی اکبر، تحلیل سیره فاطمه زهرا(س)، قم، نشر دانش و ادب، چاپ چهارم، ۱۳۸۶.

بهشتی، محمد و دیگران، آرای دانشمندان مسلمان در تعلیم و تربیت و مبانی آن، تهران، سازمان مطالعه و تدوین کتب علوم انسانی دانشگاه‌ها (سمت)، چاپ دوم، ۱۳۸۶.

پاینده، ابوالقاسم، نهج الفصاحه، تهران، انتشارات جاویدان، چاپ سیزدهم، ۱۳۶۰.

پستمن، نیل، زندگی در عیش؛ مردن در شادی، ترجمه: سید صادق طباطبایی، تهران، انتشارات اطلاعات، چاپ سوم، ۱۳۷۸.

پسندیده، عباس، شادکامی از دیدگاه پیامبر اسلام، قم، مرکز پژوهش های اسلامی صدا و سیما، چاپ اول، ۱۳۸۸.

تمیمی آمدی، عبدالواحد بن محمد، غررالحکم و دررالکلم، بیروت،مؤسسه الاعلمی للمطبوعات، ۱۴۰۷ هـ .ق.

جرفادقانی، م، علمای بزرگ شیعه از کلینی تا خمینی رحمه الله ، قم، معارف اسلامی، ۱۳۶۴.

جعفری تبریزی، محمدتقی، تفسیر و نقد و تحلیل مثنوی، تهران، دفتر نشر اسلامی، ۱۳۸۷.

جعفری شالی، رضا، بررسی عوامل نشاط انگیز در بین جوانان استان قم، دانشگاه آزاد اسلامی واحد قم، ۱۳۸۷.

حرانی، حسن بن شعبه، تحف العقول، قم، انتشارات جامعه مدرسین، ۱۳۶۲.

ص:۲۶۴

حسینی، سید محمدعلی و دیگران، دانشمندان خوانسار، خوانسار: کنگره بزرگداشت محققین خوانساری، ۱۳۷۸.

حسینی، سید نعمت الله، مردان علم در میدان عمل، قم، دفتر انتشارات اسلامی، ۱۳۸۵.

خوانساری، آقاجمال، شرح غرر الحکم و درر الکلم آمدی، تهران، دانشگاه تهران، ۱۳۸۵.

دانش، شکرالله، شادی و نشاط در منابع و متون اسلامی، تهران، وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی، چاپ اول، ۱۳۸۴.

دشتی، محمد، ترجمه نهج البلاغه، قم، بیت الاحزان، ۱۳۸۵.

دفتر همکاری حوزه و دانشگاه، روان شناسی رشد (جلد ۲)، تهران، سازمان مطالعه و تدوین کتب علوم انسانی دانشگاه ها (سمت)، ۱۳۷۵.

دهخدا، علی اکبر، لغت نامه، تهران، انتشارات دانشگاه تهران، ۱۳۷۳.

رجایی، غلام علی، برداشت هایی از سیره امام خمینی رحمه الله ، تهران، مؤسسه تنظیم و نشر آثار حضرت امام، چاپ دوم، ۱۳۸۴.

رضی، سید شریف، نهج البلاغه، ترجمه: محمد دشتی، قم، مؤسسه فرهنگی تحقیقاتی امیرالمؤمنین علیه السلام ، چاپ اول، ۱۳۷۹.

ریحان یزدی، سید علی رضا، آیینه دانشوران، تهران، نشر کتاب، ۱۳۵۳.

سعدی شیرازی، شیخ مصلح الدین، دیوان سعدی، به کوشش: خلیل خطیب رهبر، تهران، انتشارات مهتاب، ۱۳۷۴.

شولتس، دوآن، روان شناسی کمال، ترجمه: گیتی خوشدل، تهران، نشر پیکان، ۱۳۸۷.

طریقه‌دار، ابوالفضل، شرع و شادی، قم، نشر همسایه، چاپ اول، ۱۳۸۳.

ص:۲۶۵

حر عاملی، وسائل الشیعه، قم، مؤسسه آل البیت علیه السلام لاحیاء التراث، ۱۴۰۹ه .ق.

عزیزآبادی فراهانی، اکرم، جایگاه و مفهوم شادی از منظر قرآن و روایات، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد اراک، ۱۳۸۸.

عقیقی بخشایشی، عبدالرحیم، فقهای نامدار شیعه، قم، دفتر نشر نوید اسلام، چاپ سوم، ۱۳۷۶.

______________، مزامیر، تهران، انجمن کلیمیان، تهران، ۱۳۷۹.

کاشفی، محمدرضا، پرسش ها و پاسخ ها (دفتر اول: خداشناسی و فرجام شناسی) قم، دفتر نشر معارف، ۱۳۸۱.

کرمی، علی، ترجمه مجمع البیان، تهران، مؤسسه انتشاراتی فراهانی، ۱۳۷۸.

کریمی، عبدالعظیم، تربیت طربناک، نشر منادی تربیت، چاپ اول، ۱۳۸۶.

کلینی، محمد بن یعقوب، اصول کافی، تصحیح: علی اکبر غفاری، قم، دارالکتب الاسلامیه، ۱۳۶۵.

کویینگ، هارولد. جی، آیا دین برای سلامتی شما سودمند است؟(آثار دین بر بهداشت روان)، ترجمه: بتول نجفی، تهران، پژوهشکده علوم انسانی و مطالعات فرهنگی، چاپ اول، ۱۳۸۰.

مارشال ریو، جان، انگیزش و هیجان، ترجمه: یحیی سید محمدی، تهران، ویرایش، ۱۳۸۷.

متیوس، اندرو، آخرین راز شاد زیستن، ترجمه: وحید افضلی راد، تهران، نیریز، ۱۳۸۱.

مجلسی، محمدباقر، بحارالانوار، قم، دارالکتب الاسلامیه، بی‌تا.

محمدی ری شهری، محمد، میزان الحکمه، قم، انتشارات دارالحدیث، ۱۳۷۷.

مطهری، مرتضی، مقالات فلسفی، تهران، صدرا، ۱۳۸۶.

ص:۲۶۶

معادیخواه، عبدالمجید، فرهنگ آفتاب، تهران، نشر ذره، ۱۳۸۶.

مکارم شیرازی، ناصر و جمعی از نویسندگان، تفسیر نمونه، قم، انتشارات دارالکتب الاسلامیه، چاپ دهم، ۱۳۷۰.

موسوی خمینی، سید روح الله، صحیفه نور، تهران، دفتر تنظیم و نشر آثار حضرت امام خمینی رحمه الله ، ۱۳۸۱.

موسوی همدانی، سید محمدباقر، ترجمه تفسیر المیزان، قم، دفتر انتشارات اسلامی، ۱۳۸۶.

مولوی، جلال الدین محمد، مثنوی معنوی، به کوشش: محمد زمانی، تهران، انتشارات اطلاعات، ۱۳۷۲.

نصری، عبدالله، هدف از آفرینش انسان، تهران، دفتر نشر معارف، چاپ اول، ۱۳۸۲.

نوری، میرزاحسین، مستدرک الوسائل و مستنبط المسائل، قم، آل البیت علیهم السلام ، ۱۴۰۸ هـ .ق.

هاشمی رفسنجانی، اکبر، تفسیر راهنما، قم، انتشارات بوستان کتاب، ۱۳۸۶.

ب) نشریه

ب) نشریه

طریقه دار، ابوالفضل، «جلوه‌های شادی در فرهنگ و شریعت»، مجله حدیث زندگی، بهار ۱۳۷۹، پیش شماره ۲.

سبحانی نیا، محمد، «جوان، شادی و نشاط»، مجله معارف اسلامی، فروردین، اردیبهشت، خرداد و تیر ۱۳۸۶، شماره ۶۰.

_______________ ، «شادی، غنیمت است»، کیهان، گفت و گو با صاحب نظران فرهنگی،۱۲/۱۰/۱۳۸۵، شماره ۱۸۷۰۵.

ـــــــــــــــــــــــــــــ. ، «دین؛ خاستگاه شادی های پایدار»، فصلنامه کتاب زنان، گفت و گو با آقایان محمود گلزاری، سید یحیی یثربی و محمود صادقی جهانبان، پاییز ۱۳۸۰، شماره ۱۳.

سلطانی، محمدعلی، «شادی پیشوایان»، مجله حدیث زندگی، بهار ۱۳۷۹، پیش شماره ۲.

بختیار نصرآبادی، حسنعلی و سوسن بهرامی، «شادابی و نشاط»، گفت و گو با دکتر محمود گلزاری، ماهنامه پرسمان، بهمن ۱۳۸۱، شماره ۵.

بهادری‌نژاد، مهدی، «مدیریت با تکیه بر معنویت»، مجله تدبیر، سال ۱۵، مرداد ۱۳۸۳، شماره ۱۴۷.

پارسا، غفار، «شادی در زندگی اجتماعی»، روزنامه اعتماد ملی، ۱۳۸۷، شماره ۶۷۹.

چلبی، مسعود و توران، «بررسی نقش خانواده به عنوان عامل و مانع بزهکاری نوجوانان»، پژوهش نامه علوم انسانی، بهار ۱۳۸۰.

رودبار محمدی، مرجان، «افزایش فعالیت ذهنی، داشتن روحیه شاد»، روزنامه همشهری، ۱۰ اردیبهشت ۱۳۸۶، شماره ۴۲۴۸.

روزنامه ایران، ۸ آبان ۱۳۷۹.

روزنامه خراسان، ۶ تیر ۱۳۸۴.

ساسان، عبدالحسین، «شاخصه های شادی آفرین، شاخصه غم افزا»، اقتصاد ایران، خرداد ۱۳۸۹، شماره ۱۳۶.

سجادی نیا، محمدجواد، «شادی و نشاط»، با معارف اسلامی آشنا شویم، سال ۲۴، فروردین ۱۳۸۴، شماره ۶۰.

شرافتی، سمیه، «شادی گم شده در اختلالات روانی»، روزنامه همشهری، ۱۵/۸/۱۳۸۶، شماره ۴۳۹۰.

صادقیان، فاطمه، «شادی چیست، شادمان کیست»، پیوند، اسفند ۱۳۸۶، شماره ۳۴۱.

صفی زاده، فاروق، «شادی و نشاط رمز موفقیت در ایران باستان»، ارتباط موفق، تیر ۱۳۸۵، شماره ۲.

صیادی‌فر، سمیه و علی دوستی، «جامعه‌شناسی شادی»، روزنامه همشهری، ۳۰/۱۰/۱۳۸۴، شماره ۴۴۴۹.

طبسی، محمدجواد، «نشاط و شادی در سیره معصومان»، ماه نامه کوثر، سال ۱۳۷۹، شماره ۳۷.

علوی مقدم، لیلا، «راهی به شهر شادی»، دوماه نامه حدیث زندگی، بهمن و اسفند ۱۳۸۱، شماره ۹.

کاشفی، محمدرضا، «آیا می‌توانم شاد باشم»، مجله پرسمان، فروردین ۱۳۸۳، شماره ۱۹.

محمدی، احسان الله، «سرفصل های اساسی و ساده زندگی خانوادگی»، مجله الکترونیکی ویستا، خرداد ۱۳۸۹.

منصوری، محمدباقر، «شادی و پای کوبی در آموزه‌های قرآن»، روزنامه کیهان، ۱۱/۶/۱۳۸۶، شماره ۱۸۸۸۸.

میرشاه جعفری، ابراهیم، «شادمانی و عوامل موثر بر آن»، تازه های علوم شناختی، سال ۴، ۱۳۸۱، شماره ۳.

ج) پایگاه اینترنتی

ج) پایگاه اینترنتی

بختیار نصرآبادی، حسنعلی و سوسن بهرامی، «بررسی عوامل شادی بخش در کارخانه ذوب آهن و ارتباط آن با بهبود بهره وری»، سایت شرکت سهامی ذوب آهن اصفهان:

.

«روحیه شاد کارکنان عامل بهره وری»، سایت آفتاب:

.

سایت آدینه بوک:

.

سایت اندیشه قم:

سایت پزشکان بدون مرز ایران:

.

سایت جامع اطلاع رسانی پزشکی ایران سلامت:

.

سایت خبری تحلیلی وطن:

.

سایت روزنامه سلامت: .

سایت روزنامه همشهری:

.

سایت سراج:

.

سایت فارس نیوز:

.

سایت مدیر یار:

.

سایت نورپورتال:

.

سایت نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری در دانشگاه‌ها: http://rss.nahad.ir

سعیدی، علی اصغر، از «جامعه شناسی شادی تا مدیریت شادی»، سایت مرکز مطالعات استراتژیک آریا:

.

شفیعی زاده، اعظم، «یادگیری ـ یاددهی»، سایت آفتاب:

شمس، مریم، «جایگاه شادی و تفریح در متون اسلامی»، سایت باشگاه اندیشه: .

صرامی، حمید، «مصاحبه با خبرگزاری فارس»، ۱۳۸۵ /۷/۵، سایت ستاد مبارزه با مواد مخدر:

.

صیادی فر، سمیه و علی دوستی، «حذف شادی یا حفظ آن»، سایت تبیان:

ص:۲۷۰

عبدی پور، حسن، «جوان و شادی»، سایت اختصاصی نویسنده:

فاضلی، نعمت الله، «شادی چیست و از کجا می آید»، سایت فرهنگ شناسی:

shenasi.com

فاضلی، نعمت الله، «همسفر مرگ»، سایت تبیان:

محمدی، علیرضا، «اهمیت هوش هیجانی در کودک»، سایت مؤسسه علوم کوثر:

مرکز تحقیقات سازمان صدا و سیما، «نظرسنجی از مردم تهران درباره میزان آرامش بخشی و شادی بخشی برنامه های سیما»، ۱۳۷۴، سایت:

نصوحی، محمد، «روان شناسی شادی و عوامل مؤثر بر شادمانی»، سایت مرکز مشاوره و خدمات روان شناختی:

نوجوانان، سایت جامعه شناسی خانواده و زنان (سایت نویسنده):

یار احمدی خراسانی، مهدی، «جایگاه غم و شادی در کتب آسمانی»، سایت اثیر:

ص:۲۷۱

درباره مرکز

بسمه تعالی

هَلْ یَسْتَوِی الَّذِینَ یَعْلَمُونَ وَالَّذِینَ لَا یَعْلَمُونَ

آیا کسانی که می‌دانند و کسانی که نمی‌دانند یکسانند ؟

سوره زمر/ ۹

مقدمه:

موسسه تحقیقات رایانه ای قائمیه اصفهان، از سال ۱۳۸۵ هـ.ش تحت اشراف حضرت آیت الله حاج سید حسن فقیه امامی (قدس سره الشریف)، با فعالیت خالصانه و شبانه روزی گروهی از نخبگان و فرهیختگان حوزه و دانشگاه، فعالیت خود را در زمینه های مذهبی، فرهنگی و علمی آغاز نموده است.

مرامنامه:

موسسه تحقیقات رایانه ای قائمیه اصفهان در راستای تسهیل و تسریع دسترسی محققین به آثار و ابزار تحقیقاتی در حوزه علوم اسلامی، و با توجه به تعدد و پراکندگی مراکز فعال در این عرصه و منابع متعدد و صعب الوصول، و با نگاهی صرفا علمی و به دور از تعصبات و جریانات اجتماعی، سیاسی، قومی و فردی، بر مبنای اجرای طرحی در قالب « مدیریت آثار تولید شده و انتشار یافته از سوی تمامی مراکز شیعه» تلاش می نماید تا مجموعه ای غنی و سرشار از کتب و مقالات پژوهشی برای متخصصین، و مطالب و مباحثی راهگشا برای فرهیختگان و عموم طبقات مردمی به زبان های مختلف و با فرمت های گوناگون تولید و در فضای مجازی به صورت رایگان در اختیار علاقمندان قرار دهد.

اهداف:

۱.بسط فرهنگ و معارف ناب ثقلین (کتاب الله و اهل البیت علیهم السلام)

۲.تقویت انگیزه عامه مردم بخصوص جوانان نسبت به بررسی دقیق تر مسائل دینی

۳.جایگزین کردن محتوای سودمند به جای مطالب بی محتوا در تلفن های همراه ، تبلت ها، رایانه ها و ...

۴.سرویس دهی به محققین طلاب و دانشجو

۵.گسترش فرهنگ عمومی مطالعه

۶.زمینه سازی جهت تشویق انتشارات و مؤلفین برای دیجیتالی نمودن آثار خود.

سیاست ها:

۱.عمل بر مبنای مجوز های قانونی

۲.ارتباط با مراکز هم سو

۳.پرهیز از موازی کاری

۴.صرفا ارائه محتوای علمی

۵.ذکر منابع نشر

بدیهی است مسئولیت تمامی آثار به عهده ی نویسنده ی آن می باشد .

فعالیت های موسسه :

۱.چاپ و نشر کتاب، جزوه و ماهنامه

۲.برگزاری مسابقات کتابخوانی

۳.تولید نمایشگاه های مجازی: سه بعدی، پانوراما در اماکن مذهبی، گردشگری و...

۴.تولید انیمیشن، بازی های رایانه ای و ...

۵.ایجاد سایت اینترنتی قائمیه به آدرس: www.ghaemiyeh.com

۶.تولید محصولات نمایشی، سخنرانی و...

۷.راه اندازی و پشتیبانی علمی سامانه پاسخ گویی به سوالات شرعی، اخلاقی و اعتقادی

۸.طراحی سیستم های حسابداری، رسانه ساز، موبایل ساز، سامانه خودکار و دستی بلوتوث، وب کیوسک، SMS و...

۹.برگزاری دوره های آموزشی ویژه عموم (مجازی)

۱۰.برگزاری دوره های تربیت مربی (مجازی)

۱۱. تولید هزاران نرم افزار تحقیقاتی قابل اجرا در انواع رایانه، تبلت، تلفن همراه و... در ۸ فرمت جهانی:

۱.JAVA

۲.ANDROID

۳.EPUB

۴.CHM

۵.PDF

۶.HTML

۷.CHM

۸.GHB

و ۴ عدد مارکت با نام بازار کتاب قائمیه نسخه :

۱.ANDROID

۲.IOS

۳.WINDOWS PHONE

۴.WINDOWS

به سه زبان فارسی ، عربی و انگلیسی و قرار دادن بر روی وب سایت موسسه به صورت رایگان .

درپایان :

از مراکز و نهادهایی همچون دفاتر مراجع معظم تقلید و همچنین سازمان ها، نهادها، انتشارات، موسسات، مؤلفین و همه

بزرگوارانی که مـا را در دستیـابی به این هـدف یـاری نموده و یا دیتا های خود را در اختیار ما قرار دادنـد تقـدیر و تشـکر می نماییم.

آدرس دفتر مرکزی:

اصـفهان -خیابان عبـدالرزاق - بازارچه حاج محمد جعفر آباده ای - کوچه شـهید محمد حسن توکلی -پلاک ۱۲۹/۳۴- طبقه اول

وب سایت: www.ghbook.ir

ایمیل: Info@ghbook.ir

تلفن دفتر مرکزی: ۰۳۱۳۴۴۹۰۱۲۵

دفتر تهران: ۸۸۳۱۸۷۲۲ ـ ۰۲۱

بازرگانی و فروش: ۰۹۱۳۲۰۰۰۱۰۹

امور کاربران: ۰۹۱۳۲۰۰۰۱۰۹